جامعة الجزائر – بن يوسف بن خدة -
معهد التربية البدنية والرياضية
سيدي عبد الله

رسالة لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية
تخصص الإرشاد النفسي الرياضي

الموضوع:

ألعاب الفيديو وأثرها في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الجماعي الترفيهي عند المراهقين المتمدرسين ذكور(12-15سنة) - القطاع العام -

دراسة حالة على متوسطة البساتين الجديدة ببئر مراد رايس -الجزائر

إعداد الطالب:
نمرود بشير

إشراف:
أ / لزعر سامية

الجزائر – 2008 –

تشكرات

إن الحمد والشكر لله تعالى الموفق لكل خير
ووفقنا بنور العلم لإتمام هذا العمل
نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذة المشرفة لزعر سامية
على كل المجهودات التي بذلتها من نصائح وتوصيات
لإتمام هذا العمل
كما نشكر أيضا الأسرة الجامعية بمعهد التربية البدنية
ونخص بالذكر
أساتذة المجلس العلمي
هيئة الإدارة
على كل المساعدات والتسهيلات
ونرجوا أن يكون هذا البحث موفقا
ولبنة في الصرح العلمي بمعهدنا والجامعة الجزائرية
شكر إلى كل من ساهم في انجاز هذا العمل من قريب أو
من بعيد
تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

البطاقة الوصفية

نمرود، بشير

العاب الفيديو و أثرها في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي لدى المراهقين المتمدرسين الذكور/بشير نمرود.- الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية، 2008 .- 185 ص: جداول+ملاحق؛29سم

الكلمات الدالة: العاب الفيديو؛النشاط البدني الرياضي الترفيهي؛المراهقة

المستخلص:

يدخل هذا الموضوع في إطار تحضير لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، تخصص الإرشاد النفسي والرياضي، تحت عنوان: العاب الفيديو و أثرها في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي للمراهقين المتمدرسين ذكور 12-15 سنة، ولقد قام الباحث بتقسيم البحث إلى بابين، باب الجانب النظري والذي تضمن ثلاث فصول ناقشت كل من العاب الفيديو، المراهقة وممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي، كما تضمن الباب الثاني الجانب التطبيقي والذي بدوره قسم إلى فصلين، فصل لمنهجية البحث والأخر لتحليل وعرض النتائج، مستعملا في ذلك الاستبيان واختباره ب كا^2.

قائمة المحتويات

II- ممارسة النشاط البدني الرياضي في أوقات الفراغ

III- الترويح والرياضة

الفصل الثاني: اللعب وألعاب الفيديو

I- اللعب

II- ألعاب الفيديو

الفصل الثالث: المراهقة

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث

قائمة الجداول

143	32
144	33
145	34
147	35
148	36
149	37
150	38
151	39
152	40
153	41
154	42
155	43
156	44
157	45
158	46
159	47
160	48
161	49
162	50
163	51
164	52
165	53
167	54
168	55
169	56
170	57
171	58
172	59

مقدمة

مقدمة:

تُعرف **ويست، بوتشر Wuest & Bucher 1990** التربية البدنية بأنها:« هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك».[1]

وقد تناول كل من **ويست، بوتشر** هذا التعريف بالتحليل مشيرا إلى أن التربية البدنيـة والرياضية تشمل على اكتساب وصقل المهارات الحركيـة، وتنميـة اللياقـة البدنيـة والمحافظة عليها من أجل أفضل مستوى صحي، ومن خلال حيـاة طيبـة واكتسـاب المعارف وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني.

وذكرت **لومبكين Lumpkin** أن البعض يرى أن التربية البدنية والرياضية، إنما هي مرادف للتعبيرات مثل التمرينات، الألعاب، المسابقات الرياضية، وبعد تعريفها لكل من هذه التعبيرات، أوضحت أن تضمين هذه المكونات في برامج التربية البدنية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة أو عفوية، تنافسية أو غير تنافسية، إجباريـة أو اختياريـة، داخل نطاق المجال الوظيفي أو خارجه، وغير ذلك من المتغيرات، ولذلك فهي تفسـر صعوبة وضع تعريف مانع جامع للتربية البدنية والرياضية، ولكنها أبت إلا أن تـدلي برأيها في صياغة تعريف على النحو التالي: «التربية البدنية هي العملية التي يكتسـب الفرد خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية، والاجتماعية، واللياقة من خلال النشـاط البدني».[2]

مهما تكن التعاريف المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية، فهي تتفق جميعها فـي كـون أنها تلعب دورا أساسيا في التنمية الشاملة لشخصية الفرد، ويجب أن نشير هنا إلـى أن أهميتها تختلف من فئة عمرية إلى أخرى، وهذا راجع إلى مطالب كـل مرحلـة مـن المراحل التي يبني الفرد من خلالها شخصيته، فالطفل تساعده هذه الأخيرة في البدايـة على التعلم الحركي والاندماج الاجتماعي مثلا، وتساعد المراهق في تحقيق ذاته وتفريغ الطاقة الزائدة وتوجيهها في الاتجاه الصحيح، وكما ذكرنا سابقا فيما يخص مراحل نمو الفرد فإننا سنركز الاهتمام في هذه الدراسة على مرحلة المراهقة، التي تعتبر الواصلة

-[1] أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية: المدخل- التاريخ – الفلسفة – المهنة والإعداد المهني – النظام الأكاديمي، القاهرة: دار افكر العربي، 1996،ص 29

[2] - أمين أنور الخولي، المرجع نفسه، ص.29

بين مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد، وكون التربية البدنية والرياضية لها من الميـزات والخصائص ما يمكن الفرد – المراهق – من اجتياز هذه المرحلة بسلام، وذلك بتلبيـة كل مطالبه بما في ذلك المطالب النفسية والتي من بينهـا تحقيـق الـذات والتفاعـل الاجتماعي إلى غير ذالك، ومطالب بدنية وذلك بإكسابه القوام الجيد وتفريـغ الطاقـة الزائدة التي تميز الفرد في هذه الفترة.

ومن منطلق الإيمان بأهمية مرحلة المراهقة من جهة، وحساسيتها من جهـة أخـرى، وكونها فترة تتزامن مع المرحلة الثانوية في النظام الدراسي، كـان لزامـا أن ترافـق التربية البدنية والرياضية المراهق في المدرسة للحصول على فائدة أفضل من جهـة، وتحقيق مبدأ العقل السليم في الجسم السليم من جهة أخرى، ويدعم هذا القـول تقريـر قيادات العمل الطبي ومن بينها إدارة الخـدمات الطبيـة العامـة بالولايـات المتحـدة الأمريكية، على أن انخفاض اللياقة البدنية هي المشكلة الصحية الأولى، واتفقوا أيضـا على أن الحل هو التوصية بالتمارين الرياضية المنتظمة، ويكلف انخفاض اللياقة البدنية خسارة مادية وإنسانية كبيرة، فالملايين تُنفق في ساعات العمـل الضـائعة وخسـارة للإنتاج الضائع، وتكلفة الخدمات الطبية، ومدفوعات التأمينات، والأكثر من ذلك سنوات العمر الضائعة التي كان يمكن توجيهها للإنتاج وأفسدتها المشاكل الصحية.[3]

ولقد تغيرت نظرة الدولة تُجاه الرياضة من خلال تغير السياسة الرياضية في نهاية الثمانينيات وبداية التسعينيات، وظهر هذا التغير من خلال إحداث قوانين جديـدة لعـل أهمها " القانون رقم **03/39** المؤرخ في **1989/02/14**"[4]، المتعلق بتنظيم وتطـوير المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية، "المرسوم التنفيذي رقم **420.91** المؤرخ في **1991/11/02**"[5] المتضمن إحداث أقسام "رياضة - دراسة" وتنظيم عملها، ثـم جاءت قرارات وزارية مشتركة ما بين وزارة الشـباب والرياضـة ووزارة التربيـة الوطنية ووزارة الاقتصاد ووزارة الداخلية والجماعات المحلية، وتم تنفيذ ما جـاء بـه هذان النصان سنة **1993**.

---

3 - كمال درويش، أنور الخولي، أصول الترويح وأوقات الفراغ، القاهرة: دار الفكر العربي،1990 ، ص301- 304.

4 -3- Ministère De La Jeunesse Et Des Sports, Réglementation Du Sport, Mars 1992, P.04.158.

ويستنتج من خلال التطرق وقراءة هاته النصوص أن الدولة تحاول الإصلاح من القاعدة في اتجاه تصاعدي نحو القمة، وركزت على الفئة المدرسية ثم الثانوية فالجامعية، وقد اعتمدت على عدة معايير نذكر منها:

أولا: إلزامية إحداث جمعية ثقافية ورياضية مدرسية، أو جمعية رياضية على مستوى كل مؤسسة وهذا ما نصت عليه "المادة **05** من القرار الوزاري المشترك المؤرخ في **03 فيفري 1993**"[6]، المتعلق بتنظيم ووضع حيز التطبيق الممارسة الرياضية التربوية والتنافسية الجماهيرية في الوسط التربوي.

ثانيا: مجانية استعمال المنشآت الرياضية العمومية من طرف المؤسسات التربوية المدرسية والجامعية وهذا في إطار ممارسة الرياضة التربوية التنافسية الجماهيرية، وهذا ما نصت عليه "المادة **03** من القرار الوزاري المشترك المؤرخ في **1993/12/03**"[7] المتعلق باستعمال المنشآت الرياضية العمومية لغرض الممارسات الرياضية التربوية والتنافسية الجماهيرية في الوسط التربوي.

وبعد استطلاع هذا النص القانوني يتبين لنا أن ممارسة النشاط البدني الرياضي، لا يقتصر فقط على الممارسة داخل المدرسة فقط، بل أصبح ممكنا حتى في خارجها، ويجب أن نركز هنا على النشاط البدني الترفيهي، أي النشاط الذي يمارسه المتمدرس في أوقات فراغه مثل الاثنين مساء، الخميس مساء، الجمعة.

ويجب الإشارة هنا إلى أنه ورغم كل هذه الجهود المبذولة من طرف الدولة في محاولة استقطاب المراهقين لممارسة الأنشطة الرياضية إلا أن مستوى الإقبال على الممارسة الرياضية لدى هذه الفئة مازال ناقصا، بالإضافة إلى أن المجتمع الجزائري بما فيه المراهقين أصبح يشاهد الممارسة الرياضية ولا يمارسها، أي يشاهد ولا يمارس، أو يمارس عن طريق المشاهدة. وهذا ما أدى بنا إلى التساؤل حول الأسباب التي تقف وراء هذه الظاهرة، خاصة في ظل التطور الرهيب والسريع في ميدان الإعلام الآلي، وما تكتسيه هذه الأخيرة من مزايا، بما في ذالك الجانب الترفيهي، فلقد أصبحت ألعاب الفيديو مصدرا ترفيهيا من الدرجة الأولى في هذا العصر، حيث

---

[6] - وزارة الشباب والرياضة، النشرة الرسمية رقم 03، الجزائر: السداسي الأول، 1993، ص.65.

[7] - راجع النشرة الرسمية نفسها، ص.54.

أصبحت تقدم للممارس كل أساليب الإثارة التي لا يجدها في الألعاب الحقيقية خاصـة بعد اكتشاف تقنية الأبعاد الثلاثية والتي تصور الواقع كما هو، وجاءت هـذه الأخيـرة كتعويض عن النشاطات الرياضية التي أصبحت ممارستها تقريبا غير ممكنة، في حين صار بإمكان المراهق ممارسة ألعاب الفيديو وقت ما شاء وفي أي مكان كان فيه، وهذا لتوفر الألعاب على مختلف الأشكال منها المحملة على أجهزة محمولة، أو في قاعـات خاصة، أو في أجهزة الحاسوب، وأمام الإقبال المتزايد والرهيب على ممارسـة هـذا النوع من الأنشطة الترويحية من جهة، والتناقص المطرد لعـدد الممارسـين للنشـاط البدني الرياضي الترويحي من جهة أخرى، أصبح تناول هذه الظاهرة بالدراسة أمـرا ضروريا للوقوف على مدى خطورتها، ومدى تأثيرها في الحد من ممارسة النشـاط البدني الرياضي الترويحي، ومدى الاستغلال الأمثل لوقت الفراغ من طرف هذه الفئـة الجد حساسة في المجتمع والتي تعتبر الجيل القادم للأمة.

ومن أجل ذالك طرحنا موضوعا للمناقشة تحت عنوان " **ألعاب الفيديو ومدى تأثيرها في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي على المرهقين المتمدرسين الثانويين ذكور شعبة علوم الطبيعة والحياة في النظام العام**"، ولقد اخترنا مصطلح "**ألعاب الفيديو**" بدلا من "**الألعاب الإلكترونية**" هذا لتداول المصطلح الأول أكثر من الثاني، كما اخترنا كذالك النشاط البدني الرياضي الترفيهي وهذا للوقوف على استغلال وقت الفراغ من جهة، ومن جهة أخرى لأن المراهق المتمدرس لديه حصة تربية بدنية ورياضية إجبارية في النظام الدراسي، والتي تنتهي ببكالوريا رياضية. والمغزى من دراستنا هذه هو معرفة مدى ممارسة النشاط البدني الرياضي الجماعي، في وقت الفراغ لأنه يوجد نشاط رياضي فردي، واخترنا عينة التلاميذ المتمدرسين وذالك راجع لوجود فئة المراهقين غير المتمدرسين، والفئتين غير متشابهتين من حيث حجم وقت الفراغ، كما ركزنا على النظام العام لوجود ثانويات خاصة، وهما تختلفان في حجم وقت الفراغ المتاح من جهة، وعدد التلاميذ من جهة أخرى، كما أردنا أن نتخصص أكثر باختيار شعبة علوم الطبيعية والحياة، كون برنامج هذه الأخيرة يختلف عن باقي الشعب الأخرى من حيث الوقت اللازم للمراجعة والتحضير.

لهذا الغرض قمنا بتقسيم البحث إلى بابين باب الجانب نظري و الباب الثاني الجانب تطبيقي. الجانب النظري يحتوي على ثلاثة فصول:

الفصل الأول: تضمّن النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي ووقت الفراغ.

الفصل الثاني: تضمن اللعب وألعاب الفيديو.

الفصل الثالث : تطرقنا فيه إلى المراهقة بمختلف جوانبها .

كما خصصنا الجانب الثاني للدراسة التطبيقية حيث تناولنا فصلين .

الفصل الأول : تناولنا فيه المنهجية المتبعة في هذا البحث .

الفصل الثاني: تضمن تحليل نتائج الاستبيان والاستنتاجات المستخلصة من البحث.

انتهى البحث بخاتمة حول مختلف النتائج، وتقديم بعض الاقتراحات والتوصيات فيما يخص مشكلة البحث.

الباب الأول:

الجانب النظري

المدخل العام

- الإشكالية
- الفرضيات
- أهمية البحث
- أهداف البحث
- شرح المصطلحات
- الدراسات السابقة
- خلاصة الدراسات السابقة
- صعوبات البحث

الإشكالية:

جاء في تقرير شركة Entertainment Software Association تحت عنوان: **ألعاب الفيديو في القرن الواحد والعشرين** أن الصناعة الأمريكية تصنع ألعاب الفيديو من أجل الترفيه، حيث أصبحت مداخيل هذه الصناعات بالبليارات فقد وصلت قيمة مبيعات هذه الألعاب إلى 74,1 مليون دولار سنة 1996 لتصل إلى 250 مليون دولار في سنة 2006. كما يصل عدد المستخدمين في الشركات المختصة في إنتاج العاب الفيديو في 31 ولاية من أصل 423 موقع إلى 253000 عامل سنة2006. وكما نلاحظ هنا هذه الزيادة المذهلة في المداخيل والمبيعات فهذا راجع إلى الطلب والإقبال المتزايد على هذا النوع من الألعاب.[8]

فبداية من 1970 أصبحت ألعاب الفيديو مصدرا هاما للترفيه من طرف الشباب، وفي الوقت الراهن أصبحت هذه الألعاب تمارس بتقنيات منخفضة نسبيا، نظرا لاستعمال تقنية "تحادث الأرصفة" (gaming Platform) كما أنها أصبحت تَتضمن في أجهزة متنقلة (Kirriemuir 2002)[9]. هذه التقنية جعلت العاب الفيديو سهلة الوصول إلى الناس، خاصة الذين لا يملكون تلفاز تفاعلي interactive television أو حاسب شخصي personal computer. فأصبح العديد من الشباب يقضون أوقات هامة في اللعب.وذالك في كل أسبوع حتى أنها تصل إلى 7 ساعات أو أكثر(Anderson and Bushman 2001; Walsh 2002)[10]. مثل هذه الألعاب أصبحت الإختيار الأمثل للكثير من الأطفال (VanDeventer and White

[8] - **Stephen E. Siwek**, Video Games in the 21st Century: Economic Contributions of the US Entertainment, U.S.A,U.S; Software Industry © Entertainment Software Association; 2007; p1 (translated by the researcher).

[9]- **Kirriemuir J** (2002). The relevance of video games and gaming consoles to the higher and further education learning experience. April 2002. Techwatch Report TSW 02.01. At www.jisc.ac.uk/index.cfm?name=techwatch_report_0201, accessed 14 April. (translated by the researcher).

[10]- **Anderson CA, Bushman BJ** (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal and prosocial behavior: a meta-analytic review of the scientific literature. Psychological Science, 12(5), p353–359. (translated by the researcher).

(2002[11]، وأصبح كل من الذكور والإناث يستمتعون بلعب ألعاب الفيديو(Alice Mitchell and Carol Savill-Smith,2000 p13[12]، و إنه لمن المهم أن نذكر هنا أن بعض الدراسات مثل دراسة (Griffiths and Hunt 1995)[13] ترجح أن الذكور يحبون هذه الألعاب من أجل إثارة إعجاب الأصدقاء ورفع التحدي. بالرغم من أن البنات وفي الطريق لإدراك أنفسهن فإن لهن نفس الدافعية والمستوى من الميل لهذه اللعبة (Cesarone 1998, page 3)[14]. كما يضيف كل من(Griffiths and Hunt (1995; Griffiths 1997; Harris 1999; Subrahmanyam et al.2001[15]، كما أن الوقت المقضي في لعب ألعاب الفيديو غير متكافئ للجنسين تضيف (Subrahmanyam et al.2001)[16]، إذ أن الذكور على أية حال يميلون إلى ممارسة ألعاب الفيديو في الانترنت بينما يميل الإناث إلى استعمال الانترنت في الأعمال المدرسية وقضاء الوقت في خدمة البريد الإلكتروني (Mumtaz 2001)[17]، ومن وجهة نظر(Griffiths p234) الإناث يميلون في ممارستهم لألعاب الفيديو إلى الألعاب الأقل عنف كما أن إقبالهم عليها قليل. في حين نجد في دراسة 1998) (Cesarone أن كلا من الجنسين يميل إلى ممارسة الألعاب التي تتسم بالعنف. وما زاد الإقبال على

---

[11] - **VanDeventer SS, White JA** (2002).Expert behavior in children's video game play. Simulation and Gaming, 33(1), 28–48. (translated by the researcher).

[12] - **Alice Mitchell and Carol Savill-Smith,** computer and video games for learning: A review of the literature, London, the Learning and Skills Development Agency, 2004,p1. (translated by the researcher).

[13]- **Griffiths MD, Hunt N** (1995). Computer game playing in adolescence: prevalence and demographic indicators. Journal of Community and Applied Psychology, 5, 189–193. (translated by the researcher).

[14]- **Cesarone B** (1998). Video games: research, ratings, recommendations. ERIC Digest, Report No. EDO-PS-98-11. (translated by the researcher).

[15] - **Griffiths MD** (1997).Video games and clinical practice: issues, uses and treatments. British Journal of Clinical Psychology, 36 (4), 639–641.and **Harris S** (1999). Secondary school students' use of computers at home. British Journal of Educational Technology, 30(4), 331–339. **Subrahmanyam K, Greenfield P, Kraut R, Gross E** (2001). The impact of computer use on children's and adolescents' development. Journal of Applied Developmental Psychology, 22(1), 7–30. (translated by the researcher).

[16] - **Subrahmanyam K, Greenfield P, Kraut R, Gross E** (2001); op.cit. (translated by the researcher).

[17] **- Mumtaz S** (2001). Children's enjoyment and perception of computer use in the home and the school. Computers and Education, 36(4), 347–362. (translated by the researcher).

هذه الألعاب هو إلغاء الحدود الجغرافية بين الشباب فأصبح قضاء الوقت في لعب ألعاب الفيديو لطلب الراحة والاستجمام كبيرا جدا في أل:20 سنة الأخيرة (Schleiner 2001, page 221)[18].

ترتبط ممارسة ألعاب الفيديو في مرحلة المراهقة بكل من السن والجنس، وجد كل، من (Roberts, Foehr, Rideout, and Brodie 1999)[19] أن كل من الأطفال الكبار والمراهقين من (8-18 سنة) يمارسون ألعاب الفيديو من 1.2 إلى7 ساعات في الأسبوع، أما بالنسبة إلى(Dill and Dill 1998)[20] بالرغم من أن المراهقين الذكور يلعبون ألعاب الفيديو أكثر من المراهقات الإناث فكلا الجنسين يمارس هذه اللعبة بصورة منتظمة وبنفس الطريقة، وجد في نفس السياق كل من (Funkand Buchman 1996)[21] أن المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة يمارسون تقريبا ضعف ما يمارسه الإناث من نفس المرحلة،نفس النتائج وجدها Roberts إلا أنه أضاف أن مقدار ممارسة العاب الفيديو تقل مع الكبر في السن، الأطفال من (8-13سنة) يلعبون ألعاب الفيديو تقريبا 7.5ساعة أسبوعيا، أما الذكور ف أواخر مرحلة المراهقة يلعبون ألعاب الفيديو بمعدل 3.5 ساعة أسبوعيا، ولقد ركزنا هنا على فئة المراهقين الذكور كون هذه الأخيرة موضوع البحث. ولتلخيص ما سبق نقول أن المراهقين الذكور يمارسون ألعاب الفيديو أكثر من المراهقات، والمراهقين في المرحلة الأولى يمارسون ألعاب الفيديو أكثر من المراهقين في المرحلة الأخيرة.[22] أمام هذا

---

18 - **Schleiner A-M** (2001). Does Lara Croft wear fake polygons? Gender and gender-role subversion in computer adventure games. Leonardo, 34(3), 221–226. (Translated by the researcher).

19- **Roberts, D. F., Foehr, U. G., Rideout, V. G., & Brodie, M**. (1999). Kids & media @ the new millennium. Menlo Park, CA: Kaiser Family Foundation. . (translated by the researcher).

20 - **Dill, K. E., & Dill, J. C.** (1998). Video game violence: a review of the empirical literature. Aggression and Violent Behavior, 3(4), p407–428. (translated by the researcher).

21 - **Funk, J. B., & Buchman, D. D.** (1996). Playing violent video and computer games and adolescent self-concept. Journal of Communication, 46(2), 19–32. (translated by the researcher).

22- **Steven J. Kirsh** Department of Psychology, SUNY-Geneseo, Geneseo, NY 14454, USA
Received 6 September 2001; received in revised form 9 January 2002; accepted 15 February 2002,p380. (translated by the researcher).

الوضع الذي وصلت إليه ألعاب الفيديو من قوة على استقطاب المراهقين وذالك مما تتصف به من ميزات خاصة كوسيلة ترفيهية، حيث أصبحت هذه الأخيرة تحاكي العالم الحقيقي في تصورها، بالإضافة إلى ذالك فهي سهلة المنال إذ بإمكانك ممارستها وأنت ماشيا، جالسا، في المنزل،في القطار في أي مكان، وحدك أو مع أصدقائك، وذالك لأنها تتوفر على عدة وسائل منها الهاتف النقال، الحاسب المحمول حاسب المكتب، عبر الشبكة العنكبوتية وألعاب اللوحات (نجدها في القاعات الخاصة بألعاب الفيديو) من جهة، وأمام العوائق التي تقف أمام ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي بما في ذالك نقص المركبات الجوارية، احتكار هذه المركبات من طرف الكبار، الحال السيئة التي تتواجد عليها هذه المركبات من جهة أخرى. كان لزاما علينا كباحثين دراسة هذه الظاهرة من حيث إيجابياتها وسلبياتها على المراهقين المتمدرسين الذكور في ما يخص مدى تأثيرها في الحد أو التقليل من ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي، والذي يأتي في المرتبة الأولى إذا ما قورن بألعاب الفيديو من حيث الأهمية بالنسبة للمراهق، نذكر من ذالك تحقيق السلامة البدنية والقوام الرشيق و تحقيق التوافق النفس-اجتماعي إلى غير ذالك من الخدمات والفوائد. كما يقف حاجزا أمام الأخطار التي تسببها ممارسة ألعاب الفيديو نذكر على سبيل المثال لا الحسر مرض السمنة (البدانة) ضعف النظر، قلة الحركة، أمراض الظهر والرقبة ، تأثيرات جانبية على الجهاز الدوري، والجهاز الهضمي، كما نذكر هنا الدراسات المسهبة التي تناولت موضوع ألعاب الفيديو وتأثيرها على رفع من مستوى السلوك العدواني للمراهقين.[23]

بين هذين النوعين من الأنشطة الترفيهية نجد المراهق، ونخص هنا بالذكر المراهقين المتمدرسين الذكور،الذين يريدون قضاء وقت فراغهم. ومن خلال ما سبق يتبين لنا مدى حساسية هذا الموضوع الذي أصبحت دراسته ملحة، ومن أجل ذالك وللوقوف على حقيقة هذا التصور قمنا بطرح مشكلة بحثية مفادها، ما مدى تأثير ألعاب الفيديو في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي على المراهقين المتمدرسين الذكور؟ أو كيف نفسر الاهتمام الكبير الذي يبديه المراهقون المتمدرسون

---

[23] - **Alice Mitchell and Carol Savill-Smith,** computer and video games for learning: A review of the literature, London, the Learning and Skills Development Agency,(2004),p7. (translated by the researcher).

اتجاه الألعاب الالكترونية من جهة، ومن جهة أخرى تراجع هذه الفئة عن ممارسة النشاط البدني الرياضي؟

ولتبسيط هذه الإشكالية طرحنا التساؤلات التالية :

- هل ميول المراهقين للألعاب الالكترونية له علاقة بانتشارها الكبير مقابل نقص الوسائل والمركبات الرياضية ؟

- هل لسلوك المراهقين هذا له علاقة بالمحيط الاجتماعي والعائلي ؟

- هل لسوء تسيير المركبات والقاعات الرياضية دخل في صرف المراهقين عن الأنشطة البدنية والرياضية واتجاههم نحو ممارسة الألعاب الالكترونية ؟

- هل التكنولوجية الحديثة لأجهزة الألعاب الالكترونية من الناحية التقنية الجمالية تجلب المراهقين إليهم على حساب النشاطات البدنية الرياضية ؟

وللإجابة على هذه الإشكالية والتساؤلات قدمنا الفرضية العامة التالية :

الفرضيات:

الفرضية العامة:

الانتشار الواسع للألعاب الالكترونية خاصة الحديثة منها ونقص الوسائل والمركبات الرياضية إضافة إلى تأثير الوسط الاجتماعي والعائلي له دور كبير في صرف المراهقين المتمدرسين عن ممارسة النشاط البدني الرياضي .

- وتفرعت من هذه الفرضية عدة فرضيات جزئية هي :

الفرضيات الجزئية:

1- نقص الوسائل والمنشآت الرياضية يصرف المراهقين المتمدرسين عن ممارسة النشاط البدني الرياضي .

2- الوسط الاجتماعي والعائلي يؤثر على ميل المراهقين المتمدرسين لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية ويدفعهم إلى ممارسة الألعاب الالكترونية .

3- التطور المذهل في الناحية الجمالية للألعاب الالكترونية يجلب المراهقين المتمدرسين لها على حساب ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية .

4- احتكار استغلال المركبات الرياضية من طرف صنف الأكابر(أكبر من 18 سنة) يبعد المراهقين المتمدرسين عن الأنشطة الرياضية ويوجههم نحو ممارسة ألعاب الفيديو.

أهمية البحث :

تطرقنا في بحثنا إلى هذا الموضوع ليس أننا ضد ممارسة الألعاب الالكترونية التي يمكن اعتبارها رياضة فكرية تساعد على نمو الذكاء ولكن طرحنا لهذا الموضوع يستهدف أساسا خطورة التوجه الكبير لهذا النوع من الأنشطة الترفيهية وصرف النظر عن النشاطات الأخرى خاصة الممارسة الرياضية للنشاطات البدنية التي تلعب دورا كبيرا في حياة المراهق لما تقدمه من فوائد جسمية، نفسية، اجتماعية وتربوية.

وأهم نقطة في بحثنا هي الأخذ بعين الاعتبار المواهب الشابة التي تختزلها ظاهرة انتشار –أو نقول- الإدمان على الألعاب الالكترونية التي تحبس المواهب الرياضية داخل المراهق وتمنعها من الظهور لتتم عملية صقلها وتدعيمها وتطويرها حتى تساهم في رفع مستوى الرياضة الوطنية الجزائرية النخبوية وتشريفها داخليا وخارجيا.

أهداف البحث :

1- الاطلاع على واقع النشاط البدني الرياضي في أوساط المراهقين في الجزائر.

2- إبراز أهمية فترة المراهقة والتي لها تأثير على ميولات ورغبات المراهق.

3- توضيح أهمية النشاط البدني الرياضي في حياة المراهق، وما يكتسبه من أبعاد اجتماعية، بدنية، نفسية وتربوية .

4- محاولة اقتراح بعض الحلول والتوصيات التي من شأنها التوفيق بين ممارسة الألعاب الالكترونية وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية .

5- فتح آفاق جديدة للطلبة المتخرجين مستقبلا من خلال تطرقهم لموضوع دراستنا من جوانب لم نتطرق إليها .

شرح المصطلحات:

1. وقت الفراغ:

إن وقت الفراغ مشتق من الأصل اللاتيني **LICERE** ويعني التحرر من قيود العمل ومن كل الارتباطات.[24]

ويرى **كمال درويش** أن وقت الفراغ هو: "التحرر من العمل الذي يقوم الفرد بأدائه ويحصل منه على مقابل مادي، كذلك التحرر من البرنامج المدرسي التي تكون جزءا من المقررات التعليمية، كما يشمل أيضا وقت الفراغ، التحرر من الالتزامات التي تفرضها الأشكال الرئيسية الأخرى والتي يطلق عليها الالتزامات الأولية وذلك كالالتزامات الأسرية والالتزامات الاجتماعية".[25]

كما أن ربلتز **ROBLITZ** يُعرف وقت الفراغ تعريفا إجرائيا بأنه "الوقت الذي يتبقى من طرح ساعات العمل الإجباري أو الدراسة الإجبارية للفرد، ووقت النوم ليلا، والوقت الضروري لأداء الواجبات اليومية الضرورية".[26]

تعريف الباحث: "من غير الممكن أن نصل إلى تعريف موحد ومشترك لوقت الفراغ كون هذا المفهوم تتغير دلالته من مجتمع إلى آخر، فالمسلمون مثلا ليس لهم وقت فراغ بالمعنى الأوسع للحياة فالوقت كله عبادة وارتباط مع الله، وهنا نخرج من التعريف الذي يقول - التحرر من إلتزامات العمل والواجبات الأسرية- لأن أخذ الأسرة في رحلة سياحة يعتبر واجبا أسريا، كما أنه مأجور على هذا الوقت وهنا نخرج من التعريف الذي يقول دون مقابل، بالإضافة إلى ذالك فهو محاسب على هذا الوقت وهنا يسقط التعريف الذي يقول التحرر من الرقابة القانونية، كما يختلف حجم وقت الفراغ من مجتمع إلى آخر ومن نظام إلى آخر فالإشتراكية غير الرأسمالية في ما يخص حجم ونظرة المجتمعين لوقت الفراغ، كما أن حجم وقت الفراغ يختلف من طبقة اجتماعية إلى أخرى وبين الحياة في الريف والمدينة، ويزداد وقت الفراغ نوعا ما كلما اقترب الفرد من الشيخوخة تسبقها في ذالك مرحلة التقاعد، هذا وتختلف الأنشطة التي تمارس في – وقت الفراغ - من مجتمع إلى آخر ومن فئة عمرية إلى أخرى ، وتكون هذه

---

[24] - كمال درويش – محمد محمد الحماحمي، مرجع سابق، ص26.

[25] - المرجع نفسه،ص 29-30.

[26] - عطيات محمد خطاب، مرجع سابق، ص11.

الأنشطة إما فكرية أو بدنية كما أنها قد تكون مجانية أو بمقابل وهذا بالنسبة للمركبات الرياضية والمسابح مثلا "

2. الترويح:

إن مصطلح الترويح مشتق أيضا من الأصل اللاتيني **RECREATION** وبتحليل هذا المصطلح نجد أنه يعني إعادة الخلق إذ أن المقطع الأول من المصطلح **RE** يعني **إعادة** والمقطع الثاني من المصطلح **CREATION** يعني **الخلق**.[27]

ويرى **بتلر PATLLER** في تعريفه الذي جاء به **كمال درويش** " أن الترويح يعد نوعا من أنواع النشاط التي تُمارس في وقت الفراغ والتي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها والتي تكون من نواتجها اكتسابه العديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية والمعرفية".[28]

بينما يرى كل من **كارلسون GARLSON** و **ماكلان MACLEAN** و **ديب DEEPE** و **بيترسون PETRSSON** أن الترويح "هو نشاط وحالة وجدانية ونمط اجتماعي منظم، أو أنه أسلوب لاستعادة حيوية وقوى الفرد للعمل، أو أنه الاختيار الإرادي للخبرة في وقت الفراغ".[29]

وبصفة عامة نستطيع أن نقول أنه قد تباينت الآراء حول مفهوم الترويح، وذلك لعدم وجود تعريف محدد له وهذا الاختلاف في فهم الترويح وفقا للاتجاهات المعاصرة في المجال التربوي والاجتماعي، ومنه نذهب إلى ترجيح تعريف **عطيات محمد خطاب** للترويح كتعريف إجرائي حيث يرى أن "الترويح نشاط اختياري ممتع للفرد والمجتمع، يُمَارس في أوقات الفراغ ويسهم في بناء الفرد وتنميته".[30]

تعريف الباحث: لقد استعمل الباحثين مصطلح الترويح في حين أنهم لم يستعملوا مصطلح الترفيه، بالرغم من المعنى الوحيد للمصطلحين، وهذا راجع لاستعمال المصطلح الأول في السنة النبوية، فالترويح حث عليه النبي صلى الله عليه وسلم حيث يقول" إن النفوس لتصدأ كما يصدأ الحديد فروحوا على أنفسكم ساعة" رواه البخاري في صحيحه، من خلال هذا الحديث يمكن أن نستجدي عدة مفاهيم ومعاني من شانها أن

---

27 - كمال درويش- محمد محمد الحماحمي، مرجع سابق، ص.54.
28 - المرجع نفسه، ص.55.
29 - كمال درويش- محمد محمد الحماحمي، مرجع سابق، ص.54.
30 - عطيات محمد خطاب، مرجع سابق، ص.23.

تعطي مفهوم دقيق للترويح. فالترويح يأتي أولا بعد الإرهاق وطول العمل، كذلك لتغير الجو المثخن بالأعمال والجهد الشاق والممل فبالتالي يأتي الترويح بعد الملل، كما يستخدم الترويح في التنفيس تثبيت الفؤاد وتجديد الطاقة لصاحبه، وهذا ما كان يحدث مع النبي صلى الله عليه وسلم عندما كان يضيق صدره من جراء معارضة المشركين له في سبيل الدعوة إلى الله، فينزل الله قصص الأنبياء السابقين عليه فيروحه ويجدد همته على العمل وينسيه همومه وأحزانه، كما كان الصحابة رضوان الله عليهم يتذاكرون ماضيهم ومعاناتهم في سبيل الدعوة إلى الله وما آلت إليه حالهم بعد كل ذالك العناء"**مقتبس من تفسير القرآن بتصرف**" وتختلف الأنشطة التي يقوم بها الفرد من أجل الترويح عن نفسه، إذن من خلال ما سبق يكون تعريفنا للترويح كالآتي " الترويح هو عبارة عن نشاط يقوم به الفرد من أجل التنفيس عن القلب وتجديد الطاقة للعمل من جديد إذ تعتبر كوقت مستقطع بين عمل وبقية العمل أو عمل وعمل آخر، وتختلف طبيعة النشاط الذي نمارسه من أجل الترويح فقد يكون فكريا أو بدنيا فرديا أو جماعيا، يتحرر فيه الفرد من كل القيود الإدارية والتنظيمية

3. الممارسة الرياضية:

ونقصد بها في بحثنا الممارسة الرياضية في وقت الفراغ، فقد تكون هذه الممارسة بصورة منتظمة أو تكون بصورة غير منتظمة، حيث أنه كما جاء في قول **عطيات محمد خطاب** أن "بعض العلماء يرون أن الممارسة الرياضية المنتظمة يقصد بها مرتين فأكثر أسبوعيا".[31]

ومنه يمكننا أن نبين طبيعة العلاقة بين الرياضة بمعناها الواسع الذي يشتمل فقط على ألوان الأنشطة التنافسية أو المسابقات الرسمية للأندية الرياضية، ولكن مفهوم الرياضة يعبر عن مختلف الأنشطة المنتظمة الشكل التي تتضمن الجهد البدني مع بعض أساليب قياس الأداء في المسابقات التي تشتمل عليها، والرياضة في ضوء هذا المعنى قد تشتمل على أنشطة لكرة القدم مثلما تشتمل على أنشطة في صيد السمك، ومن المنظور الاجتماعي يُفضل أن تُصنف الرياضة في ضوء أشكال المشاركة أكثر مما لو صُنفت في ضوء الدوافع أو الأهداف، وهذا الاتجاه يعمل على التقاء مفهومي الرياضة وأنشطة

[31] - المرجع نفسه، ص 177.

وقت الفراغ التي غالبا ما تُصنف في ضوء معناها من ممارس أو في ضوء السياقات الاجتماعية للمشاركة، مع العلم أن كثيرا من أنشطة الترويح يمكن قياس الأداء فيها بل أن إضافة عنصر التنافس غالبا ما يضفي الإثارة والبهجة عليها.

ومفهوم المنافسة هو المفهوم الأكثر بروزا والتصاقا بالرياضة من غيرها من سائر أشكال النشاط البدني كالرقص، الترويح، التربية البدنية...الخ، ذلك على اعتبار أن روعة الانتصار وبهجته لا تتم إلا من خلال إطار تنافسي، ومنه يتضح أن إطار المنافسة يضفي الإثارة والمتعة على الممارسة الرياضية في وقت الفراغ، كما أن الألعاب الترويحية كالشطرنج مثلا وغيره قائمة على فكرة التنافس، إذا فالمنافسة مفهوم قد يجمع بين الرياضة والترويح.[32]

4. اللعب:

تعرف المعاجم العربية اللعب بأنه فعل يرتبط بعمل لا يجدي أو بالميل إلى السخرية بل هو نشاط ضد الجد. جاء في القرآن الكريم بقوله تعالى: **الذين اتخذوا دينهم لعبا ولهوا** (الأنعام، 70)، وفي موضع آخر قال تعالى: **فذرهم يخوضوا ويلعبوا** (الزخرف، 83) وجاء اللعب بمعنى الاستمتاع والتسلية على لسان إخوة يوسف لأبيهم، قال تعالى: **أرسله معنا غدا يرتع ويلعب** (يوسف، 12) ولهذا فإن اللعب في المجتمعات العربية اختلط فهمه عند العامة إلى درجة التباين، فعندما ننظر إليه في إطار النشاط الذي يقابل النشاط الديني لغاية التفاضل فإنه يُقبل مع التحفظ.

وبذلك يُعد اللعب نشاطا حرا قد يوجه ويستثمر لإنماء سلوك الأطفال وشخصياتهم، وقد يوجه من قبل الكبار لصالح الصغار وتربيتهم، وقد يكون لغاية المتعة والتسلية كما في الألعاب الشعبية والألعاب المحوسبة.

أما قاموس علم النفس فيعرف اللعب بأنه " نشاط يقوم به البشر بصورة فردية أو جماعية لغرض الاستمتاع دون دافع آخر" وبتحليل مضمون هذا التعريف نستنتج أن اللعب نشاط يُمارس بطريقة فردية وأخرى جماعية. وهو نشاط إنساني حر وخالص، يؤدي لغاية الاستمتاع وحسب، وقد يكون هذا النشاط حركيا أو ذهنيا.

[32] - أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع (العدد 216؛ الكويت: عالم المعرفة، 1996)، ص.184،182.

وهناك تعريفات أخرى قد تضيف أبعادا جديدة إلى معنى اللعب ومفهومه، أو على الأقل تعطيه أهمية أو دورا ضروريا في حياة الأطفال وتربيتهم وإنمائهم.

فاللعب من خلال مصطلحات العلوم الإنسانية والاجتماعية هو: "اشتراك الفرد في نشاط رياضي أو ترويحي، واللعب قد يكون حرا، أي يتأتى عن واقع طبيعي، كما قد يكون منظما ويسير بموجب القوانين والأنظمة المعترف بها" (اشتي، 1994، 32).

ويقتصر هذا التعريف على الجانب الترويحي، أما في قوله إنه "نشاط اجتماعي يشترك فيه عدد من الأفراد أو الجماعات طبقا لقواعد معينة للوصول إلى أهداف محددة، وهو حافز طبيعي لتصريف الطاقة الزائدة، ولنمو أعضاء الجسم، وإعداد الصغار للحياة. كما يحاول الفرد في الألعاب المنظمة أن يأخذ دور كل فرد من الأفراد المشتركين في اللعب، فإن تصرفات كل فرد تتحدد بنظام الأدوار التي يؤديها الآخرون" (اشتي، 1994، 33)، فيظهر أثر العامل الاجتماعي بالذات في موضوع اللعب المنظم في تفريغ الطاقة الزائدة في الجسم وإعداد الطفل للحياة المستقبلية وتأثيره على نمو أعضاء الجسم (عاشور، 1998، 3,2).

أما **تايلور Taylor** المشار إليه في **بلقيس ومرعي**، 1987 فيعرف اللعب على أنه "أنفاس الحياة بالنسبة للطفل، وإنه حياته، وليس مجرد طريقة لتمضية الوقت وإشغال الذات، فاللعب هو كما في التربية والاستكشاف، والتعبير الذاتي، والترويح والعمل للكبار".

وهذا التعريف يوضح أهمية اللعب من وجهة أنه من الأمور الأساسية للطفل، والتي لا يمكن الاستغناء عنها، لأنها تساعد في عملية النمو، فهو من الأمور الرئيسية لا الأمور الثانوية.

ومن التعاريف ما نادى أصحابها بأن اللعب ما هو إلا وسيلة لإعداد الطفل للحياة المستقبلية فقيل:"اللعب هو الوسيلة التي تنتجها الطبيعة في تربية الفرد وإعداده للحياة" (رمضان وشعلان وعلي، 1984،ص 242)، ومنها تلك التي توضح أن اللعب سلوك، من أجل تفريغ الطاقة الزائدة ومن أجل الترويح فهو: "توجه ذاتي أو خارجي، يشبع رغبة داخلية باستغلال الطاقة الذهنية والجسمية في نشاط متكامل مكون من سلسلة من الأعمال، ذات مواصفات مهارية، تتسم بالفردية أو الجماعية، لجلب المتع النفسية

وإثراء الخبرات في وقت الفراغ" (حنورة وعباس، 1989 المشار إليهما في عاشور، 1998، 4). وحتى يكون اللعب لعبا يجب أن يكون توجيها ذاتيا داخليا، ولا يكون توجيها خارجيا، فإذا انتقل اللعب من التوجه الداخلي إلى التوجيه الخارجي تحول في هذه عملا لا لعبا.

تعريف الباحث: من خلال التعاريف السابقة وبعد الإطلاع على جوانب النقص والتشابه فيما بينها يكون تعريف اللعب كالآتي " اللعب هو نشاط ذهني أو بدني يقوم به الفرد سواء كان هذا الفرد صغيرا أو كبيرا من أجل تلبية حاجاته المختلفة، والتي يمكن أن يحققها من خلال اللعب كالترويح، التعليم، تفريغ الطاقة الزائدة، إلى غير ذالك من الحاجات. وتختلف أهميته بالنسبة للفئات العمرية المختلفة. ويكون اللعب إما فرديا أو جماعيا، منظما أو تلقائيا كما يكون كذالك موجها أو ذاتيا"

العاب الفيديو:[33]

وهو نشاط ترويحي ظهر في أواخر الستينيات، وهو نشاط ذهني بالدرجة الأولى يشمل كل من: ألعاب الفيديو الخاصة، ألعاب الكمبيوتر، ألعاب الهواتف النقالة. بصفة عامة يضم كل الألعاب ذات الصبغة الإلكترونية.وهي برنامج معلوماتي للألعاب، يمارس هذا النشاط بطريقة تختلف عن الطريقة التي تمارس بها الأنشطة الأخرى كون الوسائل التي تعتمد عليها هذه الأخيرة خاصة بها، ونقصد بذالك الحواسيب المحمولة والثابتة، الهواتف النقالة، ألعاب الفيديو المتحركة والمحمولة،التلفاز إلى غير ذالك من الوسائط، وقد تمارس هذه الأخيرة بشكل جماعي عن طريق الشبكات أو بشكل فردي كما تعتمد هذه الأخيرة على برنامج ومعالج للمعلومات ووسائل الإخراج، بصفة عامة تتكون من العناصر التالية: مدخلات (أوامر التشغيل واللعب تنفذ عن طريق لوحة المفاتيح، أزرار التشغيل عصى قيادة المروحية أو الطائرة للقيام بالطيران ومقود السيارة لألعاب السباق، الفأرة، القناع إلى غير ذالك من الأدوات)، برامج اللعب، المخرجات (الشاشات الكبيرة، شاشة الحاسب، شاشة الهاتف النقال ، مكبرات الصوت، النظارات الإلكترونية) اللاعب وقد يكون وحده أو بالمشاركة.

[33] - www.scienceDirect.com

ألعاب الكمبيوتر:[34]

هو نوع من ألعاب الفيديو إلا أنه يتميز عن باقي الألعاب الأخرى باعتماده على الحاسب في ممارسته، بالإضافة إلى ذالك يمكن ممارستها عن طريق الشبكات وهي ربط الحاسبات ببعضها البعض وهو ما يسمى بالشبكة، وتتميز العاب الكمبيوتر بستة عناصر عندما تشترك مع بعضها البعض تصبح أكثر جاذبية وهي:

1- القواعد. 4- التفاعل.

2- الصراع، المنافسة، التحدي، العارضة. 5- النتائج ورجع الصدى.

3- الأهداف والغايات. 6- التمثيل والمحاكاة.

الدراسات السابقة:

لم تتطرق أي دراسة لا عربية ولا أجنبية إلى هذا الموضوع بصفة مباشرة، ولكن توجد دراسات أجنبية تناولت موضوع ألعاب الفيديو من حيث الدافعية لممارستها، أثرها في الرفع من مستو العدوانية والعنف. وسنعرض هذه الدراسات التي تعرضت لذالك.

* ملاحظة: تمت ترجمة هذه المقالات من طرف الباحث، من الموقع المستخرجة منه.(www.scienceDirect.com)

1- The motivation of children to play an active video game

قام بها كل من (Marijke J.M. Chin A Pawa, Wietske M. Jacobsa, Ellen P.G. Vaessena, Sylvia Titze , Willem van Mechelena, 2007)

أسفرت هذه الدراسة عن أن الأطفال ينجذبون نحو ممارسة ألعاب الفيديو بكل أنواعها بالنسبة للذكور والإناث.

2- Video Games and Adolescents' Intentions to Take Risks in Traffic

قام بهذه الدراسة كل من Kathleen Beullens, M.A., Keith Roe,) (Ph.D., and Jan VandenBulck, Ph.D., DS بدراسة عينة من الشباب تتراوح أعمارهم

[34] - Prensky M. Digital game-based learning. New York: Elsevier;2001,P.03 (science direct translated by the researcher)

من (18-29 سنة) فوجدوا أن هذه الفئة من الناس هم الذين يشكلون النسبة الكبرى من بين المصابين والمتسببين في حوادث المرور، ودرسوا علاقة ألعاب الفيديو بذالك، واستخلصوا بعد الدراسة أن ألعاب الفيديو ذات الطابع التسابقي تزيد من الدافعية على المغامرة أثناء السياقة.

3- The effect of internet video game play on clinical and extrapyramidal symptoms in patients with schizophrenia.

(Elsevier schizophrenia research. 2008) قامت هذه الدراسة من طرف مركز البحث الخاص بالسكيزوفريني، وذالك ما إذا كانت ألعاب الفيديو تحسن من بعض الاستجابات لدى المصابين بهذا المرض، وبالفعل كانت الدراسة على حسب الفرضيات التي افترضوها بحث عدات ممارسة ألعاب الفيديو من بعض السلوكات لدى المصابين.

4- The Impact of Electronic Media Violence: Scientific Theory and Research.

قام بهذه الدراسة كل من L. Rowell Huesmann, Ph.D. Institute for Social Research, The University of Michigan, Ann Arbor, Michigan 2007)، تمت هذه الدراسة في معهد البحوث الاجتماعية بجامعة مشيغان وذالك بدراسة تأثير الملتيميديا بما في ذالك التلفاز، الكمبيوتر، ألعاب لوحة المفاتيح، ذات الطابع العنيف ومدى تحقق النظريات الموضوعة في أسباب تولد السلوك العنيف لدى المراهقين.

5- Violent video games and anger as predictors of aggression

قام بهذه الدراسة كل من Gary W. Giumetti, Patrick M. Markey) قام (Department of Psychology, Villanova University 800, 2007 الباحثون بدراسة كل من متغير الغضب وألعاب الفيديو ذات الطابع العدواني كمؤشرين للتسبب في العدوان، وكانت النتائج أن ألعاب الفيديو تؤثر بشكل كبير في تكوين السلوك العدواني للمراهقين كون هذه الأخيرة تلعب كمصدر من مصادر تكوين الشخصية لدى المراهق.

6- The effect of the amount of blood in a violent video game on aggression, hostility, and arousal

قام بهذه الدراسة كل من الباحثين Christopher P. Barlett, Richard J.) Harris, Callie Bruey. *Department of Psychology, Iowa State University .(2007 USA, * Kansas State University

لقد هذه الدراسة إلى أبعد من ذالك حيث ركزت على محتوى ألعاب الفيديو، وذالك في التركيز على متغير كمية الدم في هذه الألعاب من حيث الأكثر دموية، متوسطة أقل دموية، وربط هذا المتغير برفع درجة الإثارة ،العدوانية والعنف. وكانت النتائج المتحصل عليها كالآتي:الأطفال الذين يمارسون الألعاب الأكثر دموية لديهم نسبة عدوانية وإثارة أكثر من الأطفال الذين يمارسون العاب أقل دموية.

7- Improvement in Cancer-Related Knowledge Following Use of a Psychoeducational Video Game for Adolescents and Young Adults with Cancer.

تمت هذه الدراسة من طرف:

(Ivan L. Beale, Pamela M. Kato, Veronica M. Marin-Bowling, Nicole Guthrie, and Steve W. Cole, *School of Psychology, University of New South Wales, New South Wales, Australia *HopeLab, Palo Alto, California *Department of Pediatrics, Stanford University, Stanford, California *University of California–Los Angeles School of Medicine, California 2007)

الغرض من هذه الدراسة هو معرفة ما إذا كانت العاب الفيديو تساهم في التوعية والتربية الطبية للمصابين بمرض السرطان للمراهقين، ومساعدة المصابين في تعلم الوقاية والمعالجة عن طريق ألعاب الفيديو من جهة، وتعليم المراهقين العاديين في الوقاية من هذا المرض. وكانت النتائج إيجابية بحيث تحسنت المعرفة الطبية، والمعالجة (المراقبة) الذاتية للمصابين بهذا المرض بعد 3 أشهر بعد التجربة.

8- Evidence for publication bias in video game violence effects literature: A meta-analytic review

قام بهذه الدراسة الباحث Christopher J. Ferguson Department of) Behavioral, Applied Sciences and Criminal Justice. Texas (A&M International University, 2007, USA.)،قامت هذه الدراسة من أجل المقارنة بين الدراسات التجريبية والدراسات غير التجريبية في ما يخص التحيز لألعاب الفيديو ذات الطابع العنيف والعدواني وتأثيرها على المراهقين من حيث اكتساب هذه السلوكات، ووجد أن كل من الدراستين تناولت الظاهرة من حيث الجانب النفسي أو الاجتماعي، كما وجدت هذه الدراسات صعوبة في إيجاد العلاقة الفعلية بين السلوكات ذات الطابع العدواني التي أصبحت تكتسي سلوكات المراهقين وألعاب الفيديو، حيث توصي هذه الدراسة بضرورة تقنين الألعاب ومراقبة إنتاجها وذالك من حيث أهدافها، وسائلها. الدراسات يجب أن تكون جد متحفظة في تعاملها مع متغيرات دراسة الظاهرة.

9- the effect of video game violence on physiological desensitization to real-life violence

قام بهذه الدراسة كل من: Nicholas L. Carnagey, Craig A Anderson) (Brad J. Bushman 2006 USA يرى الباحثون أن الدراسات السابقة أن التعرض لألعاب الفيديو يرفع من الأفكار العدوانية، أحاسيس الغضب، الإثارة الفيزيولوجية، السلوك العدواني، ويخفض من السلوك التعاوني. على العكس لا يوجد أي بحث تجريبي درس أثر ألعاب الفيديو ذات الطابع العدواني على فقدان الحساسية الفيزيولوجية، حيث تكون الإثارة الفيزيولوجية قليلة عند التعرض لألعاب الفيديو في العالم الحقيقي، ومن أجل ذالك قامت الدراسة على المراهقين بعد معرفة كل من الوسائط التي يستعملونها ونوع الألعاب التي يمارسونها، بقيام هذه الفئة بممارسة العاب الفيديو عدوانية وغير عدوانية لمدة 20 دقيقة، ثم مشاهدة شريط فيديو لمدة 10 دقائق يحاكي الحياة الحقيقية في الرعب والعنف مع العلم أن في التجربة الأخيرة يزود الجسم بمستقبلات للإثارة الفيزيولوجية على جلد اللاعب. فكانت النتائج أن الذين يمارسون

ألعاب الفيديو العنيفة يكونون أقل إثارة فيزيولوجية (في حالة هدوء) في التجربة الثانية، عس الفئة التي تمارس ألعاب الفيديو غير عنيفة، فكانت الإثارة الفيزيولوجية مرتفعة.

10 - Prefrontal cerebral blood volume patterns while playing video games: A near-infrared spectroscopy study.

هذه الدراسة يابانية قام بها كل من Shinichiro Nagamitsu, Miki Nagano,) Yushiro Yamashita, Sachio Takashima, Toyojiro Matsuishi, . Japan, 2005 لقد ركزت هذه الدراسة على إيجاد الأماكن المسؤولة عن تجمع الدماغ و المسؤولة عن تجميع الهيموغلوبين، كما بحثت عن الوقت الذي تبدأ فيه عملية الأكسجة (oxygenation) خلال ممارسة ألعاب الفيديو، فتوصلت النتائج المتحصل عليها من عينة قدرها 12 فرد، 6 أطفال و6 مراهقين، إلى أن المنطقة المسؤولة عن توفير الهيموغلوبين في الدماغ تكون كبيرة عند ممارسة ألعاب الفيديو عند المرهقين، ولا تكون هذه المنطقة بنفس الكبر عند الأطفال.

11- The role of violent cognition in the relationship between personality and the involvement in violent films and computer games.

قام بهذه الدراسة كل من: Jon Fridrik Sigurdsson, Gisli H.) Gudjonsson, Atli Viðar) Bragason, Elsa Kristjansdottir, Inga Dora Sigfusdottir. Iceland,2006.) قامت هذه الدراسة على المقارنة بين الإدراك للسلوك العدواني من طرف الأطفال، وذالك عند مشاهدتهم لأفلام ذات طابع عنيف، وممارسة ألعاب الفيديو ذات الطابع العنيف. وتمت هذه الدراسة على عينة من الطلبة عدذهم433 طالب، بتوزيع 3 استبيانات شخصية تقيس درجة تأثير لك من النوعين على اكتساب السلوك العدواني للأفراد، وكانت النتائج المتوصل إليها ان الأطفال الذين يشاهدون أفلام ذات الطابع العدواني والعنيف يكون اكتساب السلوك العدواني لديهم ظاهرا جدا أكثر من الطلبة الذين يمارسون العاب الفيديو ذات الطابع نفسه.

12- The influence of violent media on children and adolescents: a .public-health approach

قام بهذه الدراسة كل من:(-Kevin D Browne, Catherine Hamilton Giachritsis, Lancet, 2005.) تناولت هذه الدراسة تأثير وسائل الإعلام ذات الطابع العنيف بصفة عامة، حيث تناولت الدراسة كل من: التلفاز، الأفلام، ألعاب الكمبيوتر، الفيديو. وتناولت هذه الدراسة درجة العلاقة بين ارتكاب الجريمة ووسائل الإعلام ذات الطابع العنيف من جهة، واكتساب السلوك العدواني أو اكتساب سلوك الخوف وخاصة بين أوساط الأطفال، وجاءت نتائج الدراسة تؤكد العلاقة بين اكتساب السلوك العدواني لدى الأطفال من جراء مشاهدة هذا النوع من وسائل الإعلام، لكن كانت العلاقة جد ضعيفة بين مشاهدة وسائل الإعلام ذات الطابع العنيف وارتكاب الجريمة أي لا توجد علاقة مباشرة بين العمليتين.

13- The effects of violent video game habits on adolescent hostility, .aggressive behaviors, and school performance

قام بهذه الدراسة كل من: Douglas A. Gentile, Paul J. Lynch,) Jennifer Ruh Linder, David A. Walsh, USA) وقامت هذه الدراسة من أجل اختبار أو تبين قضيتين: الأولى هي معرفة العلاقة بين السلوك العدواني المكتسب لدى المراهقين ومدى الإرشاد الموجه من طرف الأبوين للأولاد من أجل استعمال ألعاب الفيديو. الثانية هو اختبار المشاركة بين كل من: ممارسة ألعاب الفيديو، العدائية، حجج الأساتذة، مستويات التدريس، القتال البدني. وتمت الدراسة على 607 طالب من أصل 04 مدارس، وفي الأخير ربط كل من القضيتين السابقتين بالتحصيل الدراسي، وكانت النتائج كالتالي:

الأطفال الذين يمارسون ألعاب الفيديو ذات الطابع العدواني يتميزون بالعدائية، كما يميلون إلى القتال البدني بصورة واضحة. وهذا يتوافق مع لحجج والملاحظات المقدمة من طرف الأساتذة، كما أن هذه الفئة ذات تحصيل دراسي ضعيف.

14- Exposure to violent video games increases automatic

Aggressiveness.

قام بهذه الدراسة كل من: (Eric Uhlmanna, Jane Swanson, USA. 2000)

تناولت هذه الدراسة العلاقة بين ممارسة أو التعرض لممارسة العاب الفيديو ذات الطابع العنيف وعلاقة ذالك برفع مستوى العنف لدى المراهقين، تمت الدراسة على 121 طالب مارسوا لعبة **دوما Doom**، أثبتت هذه الدراسة أنه حقيقة عند ممارسة ألعاب الفيديو ذات الطابع العنيف تكسب السلوك العدواني للمراهقين، والحل المناسب لتفادي هذا المشكل هو ممارسة العاب الفيديو في طابع تعليمي كما أن هذه الوسائل (ألعاب الفيديو، وسائل الإعلام) قد تحسن من هذه الظاهرة إذا استعملت وسائل أقل عدوانية، وتضيف الدراسة أن وسائل الإعلام كذالك يمكن أن تمارس نفس التأثير من خلال التغير في المشاركة التلقائية مع الذات.

15- Benchmarking the cultivation approach to video game effects: a comparison of the correlates of TV viewing and game play.

قام بهذه الدراسة كل من: (Jan Van Mierlo, Jan Van den Bulck, Department of Communication Science, Belgium.2003) تقوم هذه الدراسة على المقاربة التربوية و تأثير ألعاب الفيديو، وذالك بمقارنة الارتباط بين مشاهدة التلفاز وممارسة ألعاب الفيديو. تمت الدراسة على عينة من 322 طفل، وكانت النتائج المتوصل إليها كالتالي: هناك علاقة وطيدة بين كل من مشاهدة التلفاز والمقاييس التربوية أي أنها تخدم الأهداف التربوية في كثير من الأحيان، إلا أن العلاقة الإرتباطية بين المقاييس التربوية وألعاب الفيديو لا يرتبطان إلا في متغيرين فقط، وهذا لا يعني حسب الباحث غياب المقاييس التربوية في ألعاب الفيديو.وتلخص هذه الدراسة أن المقاييس التربوية في عالم التلفاز ليس له علاقة بألعاب الفيديو. ولدارسة المقاييس التربوية في العاب الفيديو يجب ما هي انعكاسات ألعاب الفيديو.

16- An update on the effects of playing violent video games.

قام بهذه الدراسة كل من: (Craig A. Anderson Department of Psychology, USA 2003) تثبت هذه النتائج أن ممارسة ألعاب الفيديو ذات الطابع العنيف تؤدي على رفع مستوى الإثارة العضلية واكتساب السلوك العدواني، كما يخفض من سلوكات التعاون والمشاركة لدى المراهقين.

17- The effects of violent video games on adolescents: The .overlooked influence of development

(Psychology, Steven J. Kirsh Department of), قام بهذه الدراسة كل من: SUNY-Geneseo, USA 2002. تفيد هذه الدراسة ان العاب الفيديو ذات الطابع العنيف والعدواني تكسب المراهقين بعض الصفات مثل: السلوك العدواني، الإدراك العدواني، الإثارة الفيزيولوجية. كما تقف ألعاب الفيديو ضد النمو السوي والعادي للمراهقين.

- Effects of Violent Video Games on Aggressive Behavior: **18** .Potential Sex Differences

Bruce D. Bartholow, And, Craig A. Anderson,) قام بهذه الدراسة كل من (2001. University of issouri–Columbia Iowa State University تمت هذه الدراسة على عينة من 43 طالب، كانوا يمارسون ألعاب الفيديو بانتظام، 22 طالب و21 طالبة، تمارس هذه العينة نوعين من الألعاب عدوانية وغير عدوانية لمدة 10 دقائق لمدة معينة، فكانت النتائج بعد اختبار أجري للعنتين على شكل منافسة تتضمن عقوبات مؤكدة للفرضية التي تقول بأن العاب الفيديو العدوانية تزيد من السلوك العدواني لممارسي هذا النوع من الألعاب، عكس لفئة التي تمارس الالعاب غير العدوانية، كما كانت نسبة الانخراط في ممارسة ألعاب الفيديو العدوانية مرتفعة عند الذكور أكثر من الإناث.

19- Aggression and Violent Behavior: violent video games review of the empirical literature.

(Mark Griffiths Nottingham Trent) University قام بهذه الدراسة كل من: (1999 أضحت ألعاب الفيديو تثير مخاوف الناس وذالك لما تحتويه من سلوكات مرفوضة وخطيرة وعدوانية، وهذا ما أدى بالاعتقاد إلى أن هذه الألعاب قد تشكل خطرا على ممارسيها، وعلى الرغم من أن الخلاف ضل قائما مدة 15 سنة حول ألعاب الفيديو، إلا أن هناك دراسات منظمة في هذا المجال. تهتم هذه الدراسة بجمع المعلومات النظرية والتجريبية حول تأثير ألعاب الفيديو وتوصلت الدراسة إلى ان التعرض أو ممارسة هذا النوع من الألعاب – ألعاب الفيديو العنيفة - قد يتسبب في

اكتساب السلوك العدواني. وما يزيد من خطورة هذه المشكلة هي مجانية هذه الألعاب و هذا ما يسهل وصولها على السواد الأعظم من الأطفال.

20- Gender differences in the mesocorticolimbic system during computer game-play

قام بدراسة هذا الموضوع كل من Fumiko Hoeft, Christa L. Watson,) Shelli R. Kesler, Keith E. Bettinger, Allan L. Reiss, Center for Interdisciplinary Brain Sciences Research (CIBSR), USA (2007
القليل معروف حول العمليات العصبية التحتية عند ممارسة ألعاب الفيديو- ألعاب الكمبيوتر- على الرغم من الحديث الكثير حول سلوك اللعب. في دراسة تصورية لوظيفة الرنان المغناطيسي وممارسة لعبة فيديو وجد أن نظام **الميسوكورتيكوليمبيك** **(the mesocorticolimbic)** يعمل بشكل أكثر عند الذكور مقارنة مع البنات. فقد تكون هذه النتائج راجعة إلى جاذبية الذكور لممارسة هذه الألعاب. بالإضافة إلى نظرة الإناث إلى ألعاب الفيديو الجائزة المرجوة في الفوز في المباراة. قد تساعد في الوصول معرفة لماذا ينجذب الذكور إلى ممارسة ألعاب الفيديو أكثر من الإناث.

21- The use of computer and video games for learning: A review of the literature

قام بهذا البحث كل من (Alice Mitchell and Carol Savill-Smith 2004 Learning and Skills Development Agency) تناولت الدراسة قضية ألعاب الفيديو من ناحية إمكانية استخدام هذه الأخير في التعليم لدى الأطفال، كما تناولت هذه الدراسة تأثير ألعاب الفيديو على الأطفال، المراهقين، كما برر حتمية استعمال العاب الفيديو للتعليم بالإضافة إلى تبينه كيفية استعمال هذا الأخير في التعليم، كما تعرض الباحث إلى متطلبات استعمال العاب الفيديو في التعليم.

22- Video Games in the 21st Century: Economic Contributions of the US Entertainment.

صاحب البحث هو (Stephen E. Siwek U.S.A 2007) تعرض هذا البحث إلى مساهمة صناعة ألعاب الفيديو في الدخل القومي الأمريكي، كم تعرضت هذه الدراسة لعدد المستخدَمين في المؤسسات الصناعية الخاصة بالتصنيع في هذا الميدان حيث

توظف هذه المؤسسات أكثر من 253000 عامل، وتساهم بنسبة 250 مليون دولار سنة 2006.

خلاصة الدراسات السابقة:

من خلال الدراسات التي تم التعرض لها سابقا حول ألعاب الفيديو يتبين أنها لا تخدم الموضوع بصفة مباشرة وإنما تناولت هذه الدراسة تأثير ألعاب الفيديو ذات الطابع العدواني على المراهقين والأطفال وذالك من خلال اكتساب السلوك العدواني عند ممارستها، ولم نصادف أي دراسة ربطت ألعاب الفيديو بالممارسة الرياضية بصفة عامة ولا النشاط البدني الرياضي الترفيهي بصفة خاصة، وهذا ما يجعلنا لا نعتمد على هذه الدراسات بصفة مباشرة في بحثنا هذا، ونخلص إلى القول أن هذه الدراسة ستكون الأولى من نوعها التي تناول هذا الجانب من البحث والذي يتمثل في علاقة ألعاب الفيديو بممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي.

صعوبات إجراء البحث :

واجهتنا عدة صعوبات أثناء انجازنا لهذا البحث نذكر من أهمها :

1- نقص المراجع التي تخدم الموضوع في مكتبة المعهد التربية البدنية وحتى في المكتبات الجامعية والعمومية الأخرى .

2- قلة الأبحاث التي تتطرق إلى هذا الموضوع بشكل مباشر .

3- أغلبية الأبحاث التي تحصلنا عليها شملت المجتمعات في العالم الغربي خاصة أوروبا والولايات المتحدة الأمريكية .

4- انعدام مختلف الإحصائيات حول موضوع البحث لدى السلطات المختصة .

الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي والترويح

- وقت الفراغ

- وقت الفراغ والترويح
- وقت الفراغ
- مفهوم وقت الفراغ
- أهمية وقت الفراغ
- وظيفة وقت الفراغ
- مستويات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ
- مشكلات شغل وقت الفراغ
- استثمار وقت الفراغ

- ممارسة النشاط البدني الرياضي في أوقات الفراغ

- الممارسة الرياضية.
- معنى الممارسة الرياضية
- تعريف الممارسة الرياضية
- مفهوم النشاط البدني الرياضي
- أنواع النشاط البدني الريا
- الترويح والرياضة

تمهيد:

إن استثمار وقت الفراغ من الأسباب الهامة التي تؤثر على نمو وتطور الشخصية، حسب اعتقاد **ديمازيديه DUMAZEDIER** حيث أن الترويح الذي يغلب عليه النشاط العضلي أو الممارسات الحركية يعتبر من أهم النواحي التي تسهم في نمو الشخصية واكتساب أساليب الحياة الصحية وزيادة قدرة الفرد على النمو والإنتاج. كما يُعتبر النشاط الرياضي الترفيهي مصدرا من المصادر التي يُعتمد عليها في الانتقاء كما أنها أيضا وسط من خلاله يطور الرياضي مستواه إلى جانب الأندية ومراكز التدريب الأخرى، وهذا أثناء الاستعداد للمنافسة. وبالإضافة إلى هذا فإن استثمار وقت الفراغ يرتبط ارتباطا وثيقا بالعمل التربوي داخل المؤسسات التربوية كالمدارس والجامعات ومراكز الشباب...الخ، والتي يجب عليها أن تولي اهتماما كبيرا لمشكلة وقت الفراغ في عصر أصبح يسمى عصر الفراغ.

ومن هنا نستطيع أن نبرز أهمية الممارسة الرياضية في وقت الفراغ بالنسبة للطلبة الثانويين، ومدى تأثيرها من الناحية النفسية والاجتماعية والنفسواجتماعية والفيزيائية، خاصة وأن التلاميذ في هذه المرحلة يمرون بفترة حرجة من حياتهم ألا وهي فترة المراهقة التي سنتعرض لها في الفصل الثالث بالتفصيل.

كما يرى الكثير من المربين الرياضيين، والعديد من علماء الطب الرياضي أن الممارسات الرياضية من حيث أنها عامل هام من عوامل الراحة الإيجابية النشطة ينبغي أن يُنظر إليها كمجال هام من بين أهم المجالات في تشكيل وقت الفراغ لجميع الأفراد.[35] ومن هذا تظهر الأهمية البالغة للممارسة الرياضية لأنها تُكسب القوام الجيد، وتمنح الفرد السعادة والسرور والمنافسة الإيجابية وتنمي في الفرد صفة الروح الرياضية، وتعمل على الارتقاء بالمستوى الصحي، وتُكسب النمو الشامل والمتزن للفرد.

---

[35] - عطيات محمد خطاب، أوقات الفراغ والترويح، مصر: دار المعارف القاهرة، 1990، ص156، 157.

I- وقت الفراغ:

1. وقت الفراغ والترويح:

إن أوقات الفراغ في حياة الإنسان لا تقل عن أوقات العمل أهمية. فيجب أن تُنظم لتفيد الفرد ولتعود عليه وعلى أسرته ووطنه بالنفع، فيرتب نفسه، ويشغل وقت فراغه كل حسب استعداده وثقافته، ومنه فإن الترويح يرتبط ارتباطا وثيقا بوقت الفراغ، ولكي يكون النشاط ترويحا يجب أن يُمارس في وقت الفراغ وليس في وقت العمل أو الدراسة، ولا يزال الترويح بعيدا في مفهومه عن متناول وعي الكثيرين به، خاصة في الدول النامية التي لم تهتد بعد ِلما للترويح من أهمية كبيرة ومتزايدة في إضفاء طابع السعادة والسرور وزيادة النشاط والحيوية لدى أفراد المجتمع في عصر يسوده القلق، والتوتر، والمتاعب والعقبات التي تحول دون قيام حياة زاخرة بالسعادة.

« ويرى الكثير من المربين أن للترويح دورا هاما وحيويا ومؤثرا في معالجة العديد من المشكلات التي تنجم عن كيفية شغل أوقات الفراغ الذي يزداد يوما بعد يوم لدى الشباب وكبار السن وفي محيط الأسرة والآثار الاجتماعية للتكنولوجيا، والاتجاه نحو الاعتماد على الآلة في أداء كل ما يحتاجه الفرد في هذا العصر».[36]

ولهذا فإن الترويح يبرز كمجال حيوي هام ومؤثر في الحياة الاجتماعية والاقتصادية للمجتمعات في عصرنا الحديث بعد أن قلت ساعات العمل، وازدادت أوقات الفراغ نتيجة التكنولوجيا الحديثة، وقد تزايد الاهتمام بالترويح كأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد لمواجهة الزيادة المتنامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر

2. وقت الفراغ:

نشأ وقت الفراغ منذ نشأة السلالة البشرية، إذا فهو وليد الإنسان البدائي، ولكن لم تظهر فلسفته إلا عي مستهل القرن العشرين، عصر الثورة العلمية والتكنولوجية التي فرضت في هذا العصر معادلة العمل ووقت الفراغ.

« ولقد كان في الماضي يُنظر لوقت الفراغ على أنه عدد من الساعات الضائعة يستسلم الفرد خلالها لوساوس الشيطان، حسب رأي **كالفن KALVIN**، ويؤكد **برتراند راسل**

[36] - كمال درويش - محمد الحماحمي، رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مصر: دار الفكر العربي، القاهرة،1999، ص.05.

BERTRAND RASSUL على أن الاستخدام الوافي لوقت الفراغ إنما يعد حصيلة للتربية، ويذهب **رالف جليسر RALPH.G** ويؤكد أن اختيار طرق استثمار أوقات الفراغ إنما يعبر عن قدرة الفرد أو الجماعة أو المجتمع في التعبير عن الذات».[37]

ولهذا فإن المؤسسات التربوية والترويحية والاجتماعية والدينية والسياسية والاقتصادية اهتمت بدراسة وقت الفراغ وكيفية استثماره لتفادي المشكلات الناتجة عنه، فنشأ البحث والتخطيط لكيفية استثمار وقت الفراغ في القرن الذي أُطلق عليه مصطلح عصر الفراغ.

الدول المتقدمة حضاريا تهتم كثيرا بطرق ووسائل استثمار وقت الفراغ حتى لا يتحول إلى وقت ضائع، أو وقت تُرتكب فيه الجرائم، أو تحدث خلاله الانحرافات التي قد تُلحق الضرر والأذى بالفرد والمجتمع.

« وقد أكد **ناش NASH** على قيمة المشاركة في مناشط وقت الفراغ باعتبارها إحدى القيم التي يستند إليها الفراغ كنظام اجتماعي ».[38]

وبهذا نستطيع أن نقيس تقدم الحضارات على دعم القيم والاتجاهات الإيجابية نحو الفراغ كنظام اجتماعي له وظائفه الهامة بالنسبة للفرد والمجتمع.

3. مفهوم وقت الفراغ:

إن مصطلح وقت الفراغ مشتق من الأصل اللاتيني **LIECERE** ويعني التحرر من كل القيود، قيود العمل أو من الالتزامات أو الارتباطات، فهو وقت راحة يكون فيه الإنسان خال من أي مسؤولية.

« ويشير كل من **حلمي إبراهيم ولوسشن LUSCHEN** إلى أنه لا توجد نظرية موحدة لوقت الفراغ، كما أنه لا يوجد تعريف للفراغ متفق عليه من قبل المهتمين بدراسته، إلا أنهما يشيران إلى وقت الفراغ في النقاط الثلاثة التالية:

- الوقت غير المشغول أو النشاط الذي يتعارض مع وقت العمل، هو في الوقت ذاته يمثل الفترة التي يكون الفرد في حاجة إليها للشعور بوجود كيانه.
- شكل من أوجه النشاط الاجتماعي الإنساني الذي يتعارض مع نشاط العمل.

[37] - كمال درويش - محمد الحماحمي، مرجع سابق، ص.25.

[38] - كمال درويش- محمد الحماحمي، المرجع نفسه. ص26.

- حالة عقلية لنشاط إنساني».[39]

ويشير **محمد عادل خطاب** إلى أن وقت الفراغ « هو الوقت الحر الذي يفعل فيه الإنسان ما يشاء».[40]

وتشير دائرة معارف العلوم الاجتماعية إلى أن وقت الفراغ « هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من المهام الملزم بأدائها بصورة مباشرة أو غير مباشرة نظير أجر معين، وهذا يعني أن وقت الفراغ هو الوقت الزائد عن حاجة العمل الذي يقوم به الفرد لغرض كسب العيش».[41]

ويرى **نويمير NEMYER** أن وقت الفراغ « هو الوقت الذي نتحرر فيه من القيود الرسمية أو التي يفرضها علينا عملنا الوظيفي الرسمي».

ويرى **هانهارت HANHART «** أن كل نشاط لا يتعلق بمجال وقت العمل أو وقت النوم ما هو إلاّ وقت فراغ**»**.[42]

ويتضح من خلال التعاريف السابقة أن جلها يتفق على أن وقت الفراغ هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من إلتزامات وضروريات الحياة، من عمل أو دراسة أو نوم. ويكون الفرد خلاله في حالة راحة وهدوء، وتكون له حرية قضائه كيفما يحب ويرغب.

4. أهمية وقت الفراغ:

يعتبر استثمار وقت الفراغ من الأسباب الهامة لمعرفة مدى وضوح مفهومه لدى الأفراد، ومدى إدراكهم لأهمية ممارسة مناشطه، وكذلك إلمامهم بالبنية المعرفية المرتبطة بنظريات وفلسفة وقت الفراغ وأنه بقدر وضوح معنى وقت الفراغ يكون الإقبال على ممارسة مناشطه المتنوعة التي تؤثر على تطورات ونمو الشخصية. كما يعتبر من المشاكل الهامة التي توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام، بالإضافة إلى أن استثمار وقت الشباب يرتبط ارتباطا وثيقا بالعمل التربوي في المؤسسات التربوية للشباب كالمدارس، والجامعات، ومنظمات الشباب،

---

[39] - كمال درويش- محمد الحماحمي، مرجع سابق. ص26.

[40] - محمد عادل خطاب، النشاط الترويجي وبرامجه (مصر: القاهرة الحديثة، دون تاريخ)، ص.33.

[41] - عطيات محمد خطاب، مرجع سابق، ص.10.

[42] - عطيات محمد خطاب، مرجع نفسه، ص.10.

محاولة منها لتوجيه الجيل الصاعد وتوعيته بأهمية استثمار وقت فراغه بصورة نافعة، تعود عليه وعلى الوطن بالفوائد، وإتاحة الفرصة أمامه لممارسة العديد من الأنشطة الترويحية في وقت فراغه بهدف تربيته وتنميته.

ويرى الكثير من المربين ضرورة الاهتمام بتشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تسهم في إكساب الفرد الخبرات السارة الإيجابية، وتساعد على نمو شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخُلقية والصحية والبدنية والنفسية.

فالممارسة الرياضية في وقت الفراغ من أهم العوامل التي تعمل على الارتقاء بالمستوى الصحي والبدني، وتُكسب القوام الجيد، وتمنح الفرد السعادة، والسرور، والمرح، والانفعالات الإيجابية السارة التي تجعله قادرا على العمل والإنتاج والدفاع عن الوطن، وتعمل على الارتقاء بالمستوى الرياضي للفرد ومن ناحية أخرى تسهم الممارسة الرياضية في اكتساب النمو الشامل والمتزن.[43]

5. وظيفة وقت الفراغ:

تتحدد وقت الفراغ في ضوء مفهومه لدى الأفراد، ويمكن استنباط وظيفة وقت الفراغ مما يراه **باركر PARKER** « أن وقت الفراغ هو مجموعة من الوظائف أو المناشط التي ينغمس فيها الفرد بمحض إرادته، وذلك بحثا عن راحة أو متعة أو لغرض تنمية معلوماته، أو لتحسين مهاراته أو للإسهام في تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذي يحيط به. وذلك بعد تركه لعمله الأساسي الاجتماعي أو العائلي».[44]

ويُنظر إلى وظيفة وقت الفراغ على أنها الترويح عن الذات، أو اللعب، أو الراحة من العمل والدراسة، أو أنها العزلة الاجتماعية، والاختلاف في تحديد وظيفة وقت الفراغ يرجع إلى الفلسفة التي يعتنقها الفرد أو يتبناها المجتمع.

ويحدد **دومازيديه DUMAZEDIER** الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ وفقا لما يلي:

- **الاسترخاء:** ويُعبر عنه بالاستجمام من أعباء الحياة اليومية.
- **التسلية:** ويُعبر عنها بأنها وسيلة مضادة للملل من روتين الحياة اليومية.

---

[43] - عطيات محمد خطاب، مرجع سابق، ص.11- 12.

[44] - كمال درويش – محمد محمد الحماحمي، مرجع سابق، ص.27.

- **تطوير الشخصية:** ويُعبر عنها بالتنمية المعرفية والعقلية وبالمشاركة الاجتماعية.[45]

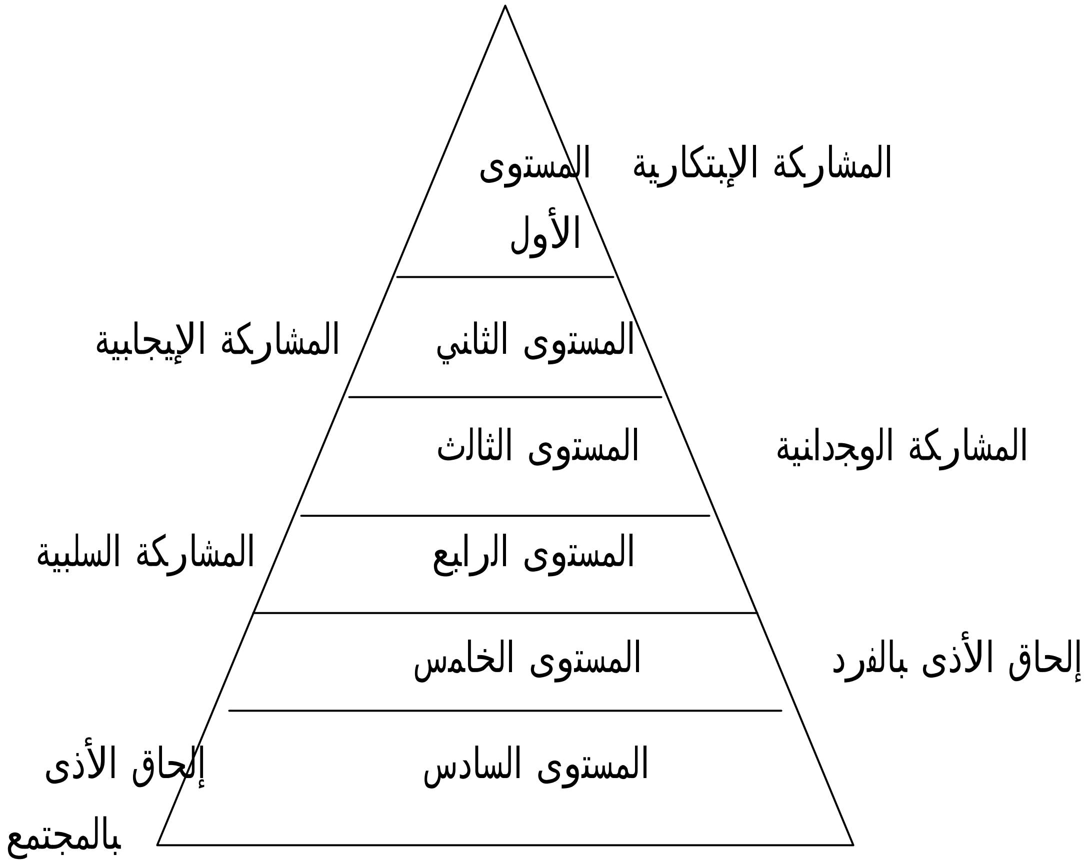
6. مستويات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ:

يوضح **ناش NASH** مستويات المشاركات في أنشطة وقت الفراغ موضحا طبيعة المشاركة من خلال الشكل التالي الذي يتضمن ستة مستويات للمشاركة في وقت الفراغ:

[45] - كمال درويش – محمد محمد الحماحمي، المرجع نفسه، ص.28.

مخطط رقم-01-

مستوى المشاركة في أنشطة وقت الفراغ وفقا لرأي ناش NASH



المصدر: كمال درويش – محمد محمد الحماحمي، مرجع سابق، ص.33.

الفرع الأول: مستوى المشاركة الإبتكارية:

وتتضمن الأنشطة الإبتكارية في أنشطة الفراغ العديد من أوجه النشاط المرتبطة بالمستوى الأول. ومنها: التأليف، الاختراع، وابتكار النماذج والتصميمات والعروض...الخ.

الفرع الثاني: مستوى المشاركة الإيجابية:

ويشمل المستوى الثاني على المشاركة الإيجابية لأنشطة وقت الفراغ، والتي من أهمها: المشاركة في المباريات والمسابقات الرياضية، والتمثيل المسرحي، وعزف الموسيقى،

وخدمات البيئة والمجتمع وفي الرحلات العسكرية، وفي الفنون والهوايات اليدوية...الخ.

الفرع الثالث: مستوى المشاركة الوجدانية:

إن المشاركة الوجدانية من أنشطة وقت الفراغ، وتتمثل في قراءة القصص والروايات، ومشاهدة البرامج التلفزيونية والأفلام والمسرحيات والتمثيليات، ومتابعة البرامج والمسابقات الرياضية، والاستماع للموسيقى والحصص الإذاعية، وزيارة المعارض والمتاحف.

الفرع الرابع: مستوى المشاركة السلبية:

ويتمثل المستوى الرابع في المشاركة السلبية التي يتم التعبير عنها من خلال المشاركة في تناول الطعام والمشروبات، ولقاء الأقارب والأصدقاء، والتسلية والترفيه واللهو، واستهلاك الوقت، وتبادل الأحاديث.

الفرع الخامس: مستوى الأنشطة التي تلحق الأذى بالفرد:

ويتضمن الفرع الخامس مستوى الأنشطة التي تلحق الأذى والضرر بالفرد، كتعاطي المخدرات ولعب الميسر، وارتكابه لأفعال غير تربوية...الخ.

الفرع السادس: مستوى الأنشطة التي تلحق الأذى بالمجتمع:

يضم الفرع السادس الأنشطة التي تلحق الأذى بالمجتمع من خلال المشاركة في أنشطة ضارة بالمجتمع، كارتكاب الجرائم، والتطرف، وأعمال العنف.[46]

ومن خلال ما تقدم وحسب رأي **ناش NASH** في مستويات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ، تتضح أفضل المستويات الستة لهذه المشاركة في الاشتراك الإبتكاري، والإيجابي، والعاطفي أو الانفعالي، أي الثلاث مستويات الأولى لأنها هادفة وتعمل على تطوير نمو الشخصية ودعم القيم والاتجاهات الإيجابية نحو الترويح الذي يعد جزءا من التربية العامة، ويفيد في التأثير الإيجابي على اتجاهات وسلوك الفرد في أوقات الفراغ. أما المستوى الرابع الذي يمثل المشاركة السلبية في أنشطة وقت الفراغ فهو أقل أهمية من المستويات الثلاث الأولى لأنه يتسم بالركود والجمود، والفرد فيه يقوم بنشاط لا يتميز ببذل الجهد كالنوم والاسترخاء. ومع هذا فإنه يندرج ضمن أنشطة الترويح.

---

[46] - كمال درويش – محمد محمد الحماحمي، مرجع سابق، ص.31- 32.

7. مشكلات شغل وقت الفراغ:

لعل من المشاكل الهامة التي تواجه الطلبة وخاصة الشباب شغل وقت فراغهم، ونقصد بوقت الفراغ وقت النشاط الذي يحقق للطالب رغباته، ويشبع ميوله، ويقابل احتياجاته. ولوقت الفراغ أهمية كبيرة إذا ما أُحسن استغلاله في تنمية شخصية الطالب حتى ينشأ بعيدا عن الانفعالات النفسية التي تنتابه إذا لم يجد ما يشغل وقت فراغه سوى التافه من الأمور. وبما أن العديد من الأسر تقع تحت ضغط مفاهيم بالية، تحرم أبناءها نعمة الترويح أثناء وقت الفراغ كمنعهم من الاشتراك في الأندية أو المعسكرات أو الرحلات أو ممارسة الهوايات المحببة إليهم، وعدم الاستفادة من وقت الفراغ قد يؤدي إلى أنواع مختلفة من الانحراف كالإدمان بأشكاله المختلفة، والجريمة، والعنف، والاغتصاب، والسرقة، والعدوان.[47]

8. استثمار وقت الفراغ:

« يحرص الإسلام على استثمار وقت الإنسان من يقظته إلى نومه، ويحسن توزيع وقت الإنسان بين العبادة والعمل الجاد، والراحة والترفيه الهادف بالطيبات».[48]

فالإسلام دين يسر لقوله تعالى: {**يُرِيدُ الله بِكُم الْيُسْرَ وَلاَ يُرِيدُ بِكُم الْعُسْرَ**}.[49]

فما هي يا ترى: **كيفية قضاء أفراد الأسرة لأوقات فراغهم؟**

إن الترفيه أو الترويح يحدث عادة في وقت الفراغ، وليس في وقت العمل، فلكي يكون النشاط الممارس نشاطا ترويحيا، كما جاء في قول **عبد القادر لقصير** فإنه:

« ينبغي أن يمارس في وقت الفراغ، وليس في وقت العمل المهني أو الوظيفي الذي يمارسه الفرد، والنشاط الذي يمارس خلال هذا الوقت يتسم بدرجة عالية من الشعور بالحرية النسبية ».[50]

---

[47] - عدلي سليمان، الوظيفة الاجتماعية للمدرسة (مصر: دار الفكر العربي القاهرة، 1999)، ص.38.

[48] - عبد الفتاح تركي موسى، التنشئة الاجتماعية (مصر: المكتب العلمي للنشر والتوزيع الإسكندرية، 1998)، ص.164- 165..

[49] - القرآن الكريم، سورة البقرة، الآية: 185.

[50] – عبد القدر لقصير، الأسرة المتغيرة في مجتمع المدينة العربية، بيروت دار النهضة العربية، 1999، ص.234.

« والترفيه أو الترويح هو مجموعة نشاطات يقوم بها الفرد بصورة تلقائية بقصد الترفيه عن النفس، أو طلبا للراحة أو تنمية قدراته الثقافية والاجتماعية والإبداعية، وذلك بعد الانتهاء من أداء الواجبات المهنية والأسرية والاجتماعية حيث يشعر الفرد براحة نفسية أو جسدية أو برضاء اجتماعي».[51]

توجد كثير من الأنشطة لترويحية التي يمكن ممارستها في وقت الفراغ. ويختلف العلماء في م بينهم في تصنيف هذه الأنشطة كمجموعات متميزة لتعدد هذه الأنشطة، ونذكر على سبيل التمثيل أن **جوفر ديمازيديه** يقسم الأنشطة الترويحية إلى ثلاث مجموعات هي:

* الأنشطة الترويحية التي تستهدف راحة الأعصاب، والتي تتضمن نشاطا عقليا. ومنها القراءة، سماع الأغاني، مشاهدة التلفاز، وغيرها من الأنشطة التي لا تستهدف بصورة مباشرة تربية الفرد وتعليمه.

*الأنشطة الترويحية التي يغلب عليها طابع النشاط العضلي، أو الأداء الحركي كممارسة النشاط الرياضي أو ممارسة مختلف الهوايات الرياضية.

* الترويح الذي يتميز بالطابع السلبي والاستجمام، ومن ذالك النوم والاسترخاء، ويعتقد **ديمازيديه** أن الترويح الذي يغلب عليه النشاط العضلي أو الممارسات الحركية يعتبر من أهم النواحي التي تسهم في تنمية الشخصية واكتساب أساليب الحياة الصحية، وزيادة قدرة الفرد على النمو والإنتاج.[52]

ويرى **ريبلتز** أنه يمكن تقسيم الأنشطة الترويحية كالآتي:

1- الأنشطة الإيجابية: وتتمثل في الأنشطة التي يشترك فيها الفرد ويمارسها بصورة إيجابية ومن ذالك ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة أو ممارسة الرسم، أو العزف عل الآلات الموسيقية أو الاشتراك في فرق التمثيل، وغير ذالك من فرق الهوايات المدرسية وجمعياتها.

[51] - JOFFER Dumazedier, Vers civilisation de loisir, Paris: PÜF, 1972, p.28.

[52] - إحسان محمد الحسن، الفراغ ومشكلات استثماره ودراسة مقارنة في علم اجتماع الفراغ، بيروت: دار الطليعة العربية،1986 ، ص. 17.

2- الانشطة الاستقبالية: ويقصد بها استقبال الفرد لنشاط خارجي عن طريق الحواس منها: السمع أو البصر، كما هو الحال في القراءة أو مشاهدة التلفاز أو مشاهدة المباريات الرياضية في الملاعب أو سماع الراديو أو الأسطوانات الموسيقية أو الغنائية أو مشاهدة الأفلام السينمائية أو المسرحيات أو سماع المحاضرات.

3- الانشطة السلبية: والمقصود بها أن الفرد يقوم بنشاط لا يتميز ببذل جهد، ومن ذالك النوم والاسترخاء.

ويعطي **ريبلتز** أهمية كبيرة للأنشطة الترويحية الإيجابية بمقارنتها بالأنشطة الإستقبالية أو السلبية.[53]

ويلاحظ أن الأفراد يمارسون أنوعا متباينة وكثيرة من النشاط الترويحي تختلف من مجتمع إلى آخر ومن فرد إلى آخر ضمن المجتمع الواحد. حسب النماذج الترويحية السائدة والإمكانيات المادية المتوفرة والاستعدادات النفسية للأفراد.

ومن خلال نتائج البحوث التي أجريت في أوروبا، وفي الولايات المتحدة الأمريكية، تبين أن هناك علاقة بين الفروق الطبقية واستخدامات أوقات الفراغ، نذكر على سبيل التمثيل أن الفئات العمالية تميل إلى قضاء أوقات فراغها بطريقة سلبية، فهي تسعى إلى التسلية من خلال مشاهدة برامج التلفزيون أو تمضي وقتا طويلا في الاسترخاء. وتميل الفئات الوسطى إلى الأسلوب الإيجابي في قضاء أوقات الفراغ ويتمثل ذلك من خلال المشاركة في النشاطات العقلية والجسمية. ومن العوامل المؤثرة في هذا الصدد عامل العمر. وقد قدم الباحث **ك. روبرتس K.ROBERTS** سبع مبررات لمختلف أنماط وقت الفراغ بين ذوي المهن المختلفة على النحو الآتي:

1- تتطلب الأعمال اليدوية وقتا وطاقة أكثر، وهذا ما يجعل المشتغلين بهذه الأعمال ليست لديهم القدرة على استغلال أوقات فراغهم.

2- الإجهاد الجسمي الذي يسببه العمل اليدوي يجعل المشتغلين بهذه الأعمال يميلون إلى قضاء وقت فراغهم في الاسترخاء.

---

[53] - عطيات محمد خطاب، مرجع سابق، ص. 43- 44.

3- الأشخاص من ذوي المستوى الإقتصادي الأدنى ليس لديهم الدخل الكافي لاستثمار وقت الفراغ خارج المنزل، أو لمزاولة النشاط في النوادي أو المسارح أو غيرها من المجالات التي تحتاج إلى إنفاق مالي.

4- الأسر ذات المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي، لهم فرصة السفر والقيام برحلات خارجية وهذا في حد ذاته يثير لديها الاهتمام لقضاء وقت الفراغ.

5- التعليم يحفز الأسر ذات المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي إلى الاهتمام بأنشطة الفراغ في مجالات مختلفة.

6- إن العمل الذي يزاوله أصحاب المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي يتيح لهم فرصة الاكتساب والتنمية لمهارات يمكن استغلالها في وقت الفراغ.

7- إن عادات الفراغ تعبر عن اتجاهات المكانة التي تنشأ بدورها في مجال العمل، وهي تمارس تأثيرها في أنشطة الناس خلال وقت الفراغ.[54]

ويقول **روبرتس** « إن إيقاع الحية اليومية للأفراد يتحدد على درجة كبيرة من خلال التساند والعلاقات المتبادلة بين متطلبات العمل المفروضة على الفرد، وبين المتطلبات التي يضعها المرء على نفسه فيما يتصل بوقت فراغه».[55]

وإذا نظرنا إلى الفراغ في صلته بالأوضاع الطبقية في البلاد النامية، فسنجد أن الأمر يمكن أن يختلف عما سبق ذكره، فالاتجاه نحو قضاء وقت الفراغ في نشاطات إيجابية، والاشتراك في الأندية والمنظمات التطوعية التي تستهدف الترويح وقضاء وقت الفراغ، يمثل في حقيقة الأمر يرتبط بالوضع الاقتصادي – الاجتماعي من جهة، وبمستوى الوعي الثقافي من جهة أخرى، فمع أهمية المستوى الاقتصادي للإشتراك في هذه النشاطات، نرى أنه يرتبط في الوقت ذاته بالوعي الثقافي لدى الفئات الاقتصادية – الاجتماعية المختلفة، نحو طرق استغلال وقت الفراغ، إذ يبدو أن الاتجاه نحو استغلال وقت الفراغ يمثل مسألة ثقافية إلى جانب كونه مسألة مرتبطة بالوضع الطبقي.[56]

---

[54] - Roberts, Loisir, London: Longnon,1970,P.28-29.

[55] - Roberts Ibid.,P.34.

[56] - محمد علي محمد، ومقت الفراغ في المجتمع الحديث، بيروت: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع، 1985، ص.176.

وتجدر الإشارة إلى أنه في الماضي وبسبب افتقار المدن العربية إلى المؤسسات الترفيهية الحكومية والخاصة، ومنها المسارح ودور السينما، والحدائق العامة والملاعب،والملاهي والنوادي والجمعيات الاجتماعية، والراديو والتلفاز والفيديو...وغيرها، وانشغال الناس بأنشطة العمل والكسب والمعيشة. كان أغلب أرباب الأسر الحضريين يقضون أوقات فراغهم داخل المنزل للنوم، وطلبا للراحة والاستجمام وزيارة الأهل والأقارب والجيران، واستقبالهم بين الحين والآخر وهناك قلة من المواطنين كانت تتردد على المقاهي للجلوس مع الأصدقاء والتحدث إليهم، ولشرب الشاي والقهوة وتدخين **النارجلية**. أما النساء فكن يعشن حبيسات المنازل، ولا يخرجن إلا نادرا لزيارة الأهل و الأقارب وشراء بعض الحوائج الخاصة بالنساء والأولاد، وكن يقضين جل أوقات فراغهن في الاعتناء بالمنزل وممارسة الخياطة والطرز وزيارة الجيران، والأولاد كانوا بدورهم يقضون معظم أوقات فراغهم خارج المنزل في اللعب مع أطفال الحي.[57]

إلا أن التغييرات التي عرفتها المجتمعات العربية ابتداء من النصف الثاني من القرن العشرين بفعل عوامل كثيرة منها: تحديث الاقتصاد، ارتفاع مستويات المعيشة، وتزويد المدن بالمؤسسات الترفيهية الحكومية والخاصة، والتقدم العلمي والتكنولوجي الذي ساعد على تطوير الحياة في المنزل، وإدخال الكثير من الوسائل التي لم تكن معروفة من قبل مثل الثلاجة، الغسالة، المكواة، ووسائل الطهي الحديثة، والتلفاز، والحاسب الآلي إلى غير ذالك من الوسائل التكنولوجية الحديثة.كل ذالك أسهم في اقتصار الوقت والجهد، وفسح المزيد من وقت الفراغ لدى أفراد الأسرة، وفتح أبواب التعليم للجميع بعد أن كان مقصورا على الأولاد، وساعد على نشر الثقافة، الذي أدى إلى اكتساب مفهومات وقيم وعادات وتقاليد جديدة لم تكن موجودة من قبل لدى الأسر التي لم ينل أفرادها حظا في التعليم. [58]

---

[57]- عبد القادر لقصير، مرجع سابق، ص.238-239.

[58] - عطيات محمد خطاب، مرجع سابق، ص.68-69.

كل هذه العوامل قد أسهمت في تطوير أنشطة الفراغ والترويح، وبدأت فئة السكان على اختلاف انحداراتها الاجتماعية والطبقية تتهافت عليها وتشارك فيها، وتستفيد من أهدافها واتجاهاتها الترويحية التربوية والنفسية.

وبدأ كثير من الأفراد يميزون بين أوقات الفراغ وأوقات العمل، ولا يحولون أوقات الراحة والاستجمام إلى أوقات عمل وكسب، وهذه الحقيقة أصبحت واضحة وجلية بعد معرفة أكثر أبناء المجتمع علاقة نشاطات ومجالات الفراغ والترويح بزيادة الإنتاجية الاقتصادية وتطوير الشخصية وتنمية سماتها الإيجابية.[59]

II. ممارسة النشاط البدني الرياضي في أوقات الفراغ:

1- الممارسات الرياضية:

لقد نشأت الممارسة الرياضية بصورة تلقائية وذلك من خلال الآثار المكتشفة من الرسوم والنقوش التي خلفها المصريون القدامى والتي يعود تاريخها إلى 3000 سنة ق.م وهذا أمر طبيعي وضروري لحياة الإنسان وبقائه وكانت هناك محاولات بأن تكون أيضا للجميع استجابة لمتطلبات الاستعداد للدفاع عن النفس والقتال الذي كان يتطلب إعدادا بدنيا متقدما وخاصا كما حدث في بابل والفرس والإغريق واسبرطة.

وبالفعل بدأت الممارسة تأخذ مكانتها في عصر النهضة بتطور المفهوم التربوي للإنسان حينما اعترف بها كمادة منهجية في المدارس وتبلورت الحاجة الماسة بأن تكون الممارسة الرياضية في وقتنا المعاصر، حين بدأ المجهود البدني الذي بذله الإنسان يقل تدريجيا حتى أصبح في بعض البلدان المتحضرة يقرب من العدم وحتى الذين يقومون بمجهودات بدنية فإنها محدودة ومتكررة ولا تغطي جميع المفاصل وعضلات الجسم أي أن الممارسة الرياضية هي وليدة حاجة الإنسان الماسة للنشاط البدني في الحضارات القائمة المستقبلية وعودة إلى الطبيعة والبساطة والحياة.[60]

---

[59] - إسان محمد الحسن، مرجع سابق، ص 57

[60] - علي عمر المنصوري، الرياضة للجميع، القاهرة، 1980، ص. 191.

2- معنى الممارسة الرياضية:

تعني بالممارسة الرياضية عند الكثير من الأفراد على اختلاف أعمارهم وجنسهم الأنشطة الرياضية وطبقا لظروف كل فرد وطبقا لقدراته ولإمكانياته في جو يسوده الفرح والسعادة.[61]

3- تعريف الممارسة الرياضية:

الممارسة الرياضية لها ميزة خاصة وهي اللعب حيث يلتمس منها الفرد الراحة الجسمية والنفسية لاعتبارها تعبر عن ما هو شعوري ومكبوت وكذلك لإبراز حريته ووجوده كفرد لم تمنح له الفرصة لإثبات نفسه أو عبارة عن وقت فراغ حركي إرادي واحد، وهي حق كل فئات المجتمع دون تمييز في العمر والجنس، وهي منظمة ومطورة في الأوساط الخارجية عن المدرسة على شكل نشاط بدني ورياضي على حسب أساس البرامج الموضوعة للتطبيق من طرف المؤسسات والأجهزة العامة والخاصة. [62]

4- مفهوم النشاط البدني الرياضي:

يعتبر النشاط البدني الرياضي إحدى اتجاهات ثقافة الرياضي التي يرجع أساسها إلى قديم الزمان، حينما كان الإنسان البدائي الأول يمارس كثيرا من ضروبها تلقائيا، ضمانا لإشباع حاجاته الأولية، فأقام مسابقات العدو والجري والسباحة والرمي والمصارعة والقفز وغيرها من النشاطات السابقة، ثم أضاف إلى هذه النشاطات الأساسية بعض الوسائل كالكرات، المضارب والشبكات ووضع لها القوانين واللوائح، وأقام من أجلها التدريبات والمنافسات وعمل جاهدا على تطويرها والارتقاء بها حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم وأصبحت عنوانا لكفاح الإنسان ضد الزمن وذلك ليبلغ أعلى المستويات في الأداء والمهارة.

أما في عصرنا هذا فإن النشاط الرياضي البدني أصبح عنصرا من عناصر التضامن بين المجموعات الرياضية وفرصة لشباب العالم أجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض خدمة للمجتمع بالإضافة إلى ذلك فهي تساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة

---

[61]- علي عمر المنصوري، نفس المرجع، ص. 198 .

[62] - Art : N°=17/1995 du journal officiel de la république Algérienne démocratique et populaire .

لإثبات صفاته وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود، فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني...الخ.[63]

إذن يعتبر النشاط البدني الرياضي عاملا أساسيا في إعداد الفرد للدخول إلى الحياة العادية والعملية.

5- أنواع النشاط البدني الرياضي:

5-1- الرياضات الفردية:

هي تلك الرياضات التي يواجه فيها اللاعب خصما واحدا في ميادين الرياضة الفردية، وهي الميادين التي تعود ممارسيها على الشجاعة والصبر وبذل الجهد واستخدام الفكر وحسن التصرف وتجنب اليأس في حالة الهزيمة ومن أمثلتها : ألعاب القوى، الجمباز، الجيدو، السباحة...الخ.

5-2- الرياضات الجماعية:

يحصل فيها تفاعل كبير بين الرياضيين بكل كبيرة وصغيرة، وهذا التفاعل ينجم عته ما نسميه بالديناميكية الجماعية حيث يحقق فيها تنظيم علاقة الفرد الواحد بالفريق الذي ينتمي إليه، وفيها أيضا تنظيم دقيق لعلاقة الفرد أمام الخصم ونسي أنانيته ويتعود على تحمل المسؤولية عن طيب خاطر وتشجيع روح التضامن القوي والتعاون الوثيق.[64]

هذا التقسيم من الناحية الاجتماعية، لكن يمكننا تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعا للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط، فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة، وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:

أ- ألعاب هادئة: لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ، ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية، أو إحدى الغرف، وأغلب ما تكون هذه الألعاب فكرية مثل الشطرنج.

---

[63]- علي يحي المنصوري، الثقافة والرياضة، ج1، القاهرة، 1971، ص.209 – 210.

[64] - Art : N°=17/1995 du journal officiel de la république Algérienne démocratique et populaire.

ب- ألعاب بسيطة: ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقروءة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال كالموجودة في المسرحيات.

ج- ألعاب المنافسة: تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب يتنافس فيها الأفراد فديا وجماعيا ومن أمثلتها كرة القدم والجمباز.[65]

إذا بما أن المنافسة يشترط فيها توفر خصمين أو متنافسين، فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز.

وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط اللاحق للتربية البدنية، فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكملة لبرنامج التربية البدنية ويحقق نفس أهدافها، وينقسم بدوره إلى نشاط داخلي ونشاط خارجي.

2-1- النشاط الداخلي:

وهو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الجدول المدرسي داخل المدرسة، والفرض منه هو إتاحة الفرصة لكل تلميذ لممارسة النشاط المحبب لديه وتطبيق المهارات التي تعلمها التلاميذ خلال الدرس وهو أنواع الممارسة الفعلية التي تتصل فعلا اتصالا وثيقا بالدروس التي تمثل القاعدة والذي يبنى عليها تخطيط النشاط الداخلي.

ويختلف النشاط الداخلي من مدرسة لأخرى، وذلك لأنه يخضع للإمكانيات المتوفرة وطبيعة البيئة، والنشاط الداخلي يحتوي على كل الأنشطة المتوفرة في المدرسة الفردية منها والجماعية ويتم النشاط الداخلي عادة في أوقات الراحة الطويلة والقصيرة في اليوم المدرسي وتحت إشراف المدرسين والطلاب الممتازين والذين يجدون فرصة جيدة لتعلم إدارة النشاط الرياضي وكذلك التحكيم وبشكل عام فإن هذا النشاط يتيح الفرصة للتلاميذ بالتدريب على المهارات والألعاب الرياضية خارج وقت الدرس، وينظم النشاط الداخلي بالمدرسة طبقا للخطة التي يضعها المدرس، سواء كانت مباريات بين الفصول أو عروض

---

[65]- محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، مصر، القاهرة، 1965، ص 70.

فردية أو أنشطة تنظيمية.[66]

2-2- النشاط الخارجي:

وهو النشاط الذي يتم خارج أوقات الجدول المدرسي وخارج المدرسة وهذا النشاط يشمل:

أ- نشاطات الفرق المدرسية:

فكما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس، سواء في الألعاب الفردية أو الألعاب الجماعية، وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية وهؤلاء التلاميذ يعتبرون نواة الأندية والأحياء ومن هنا كان الواجب الاهتمام البالغ بهذه الفرق ومديد المساعدة إليها.

ب- النشاطات الخلوية (المعسكرات والرحلات):

وهي أحد أهم الأنشطة التي يجد فيها التلاميذ راحتهم ويعبرون عن شخصيتهم بحرية وفي هذه الرحلات والمعسكرات تقام العديد من الأنشطة ويتعلم فيها التلاميذ الكثير من الأمور التي تساعدهم في حياتهم المستقبلية بالإضافة إلى الصفات النفسية الأخرى مثل الاعتماد على النفس، والقدرة على اتخاذ القرار وتحمل المسؤولية ...

فالنشاط الرياضي الخارجي له أهداف أهمها:

- إفساح المجال للفرق الرياضية للتنمية الاجتماعية والنفسية، وذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المدارس الأخرى.
- الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي.
- إتاحة الفرصة لتعلم الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية.

فالنشاط الخارجي يهدف إلى احتكاك تلاميذ مؤسسة ما مع تلاميذ مؤسسة أخرى من أجل اكتشاف أو اكتساب معارف ومهارات جديدة في مجال النشاط الرياضي.[67]

غالبا ما يقوم الفرد بتصرفات وأعمال في حياته اليومية، وهذه السلوكات قد تكون مسبوقة باستعدادات نفسية، أو ما تمسيه بالنية، أي قبل القيام بالفعل يكون للفرد دافع

---

[66]- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ، نظريات وطرق التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، 1992، ص 131 .

[67]- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ، مرجع سابق، ص 132.

من أجل القيام بذلك، فالفرد عندما يريد القيام بالنشاط الرياضي لا يقوم به بصفة عشوائية، بل يكون له دافع يجعله يقوم به

6- دوافع النشاط البدني الرياضي :

6-1- تعريف الدافع:

الدافع بصفة عامة عبارة عن مثيرات يؤدي وجودها إلى الزيادة في احتمال حدوث استجابة، والدافع الأساسي لكل نشاط ذاتي، وهي تأخذ أشكالا عديدة، وبهذا فالدافع هو أية حالة في الفرد توجهه نحو ممارسة عمل معين وتحدد مدى كفاية نشاطه وإتمام عمله.[68]

إذن فالدافع يوجه الفرد نحو مواقف معينة، ويحدد قدرة النشاط ومدى كفاية الفرد في عمله، ويقصد بالدافع الحالات أو القوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين، فالطفل نجده يقبل على اللعب ويبذل جهدا بدنيا كبيرا بدافع إشباع تعطشه الجامح للحركة.

والدوافع ليست شيئا ماديا، أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة وإنما هي حالات في الكائن الحي، يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة، ومن نشاط الكائن الحي نفسه.

فمصادر الدوافع ليست خارجية وإنما داخلية، فهي عبارة عن مثيرات داخلية توجه الفرد إلى القيام بعمل ما.[69]

6-2- أنواع الدوافع:

يمكن تقسيم الدوافع إلى نوعين أساسين هما:

الدوافع الأولية والدوافع الثانوية.

أ- الدوافع الأولية:

وتسمى أيضا بالدوافع والحاجات الفيزيولوجية أو الجسمانية، وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها:

---

[68]- السيد خير الله، علم النفس التربوي، دار النهضة العربية، بيروت، 1986، ص 297.

[69]- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1986، ص 158.

الحاجة إلى الطعام، الحاجة إلى الشراب، الحاجة إلى الراحة، الراحة الجنسية، الحاجة إلى اللعب (عند الأطفال مثلا)، والحاجة إلى الحركة والنشاط...

وقديما كانت تسمى هذه الدوافع بـ "**الغرائز**" إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون مصطلح "**الغرائز**" لتفسير سلوك الإنسان إذ غالبا ما يستخدمونه لتفسير سلوك الحيوان.

ب- الدوافع الثانوية:

وتسمى أيضا بالدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية، إذ يكتسبها الفرد نتيجة لتفاعله مع البيئة، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية غير أنها تستقل عنها، وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة .

ومن أمثلة الدوافع والحاجات الثانوية، الحاجة إلى التفوق، الحاجة إلى المركز أو المكانة، الحاجة إلى السيطرة والقوة، الحاجة إلى الأمن، الحاجة إلى التقدير والحاجة إلى إثبات الذات ...الخ.[70]

نستخلص أن الدوافع الأولية تشمل حاجات الفرد الفيزيولوجية من أجل المعيشة الطبيعية. أما الدوافع الثانوية فتشمل حاجات الفرد البيئية أي حاجاته من اجل التأقلم مع الطبيعة التي ينشط فيها .

من خلال ما سبق عرفنا الدافع بصفة عامة، وكما هو معلوم أن الفرد في حياته اليومية يمارس عدة نشاطات، وقبل ممارستها تكون لديه دوافع تجعله يقوم بذلك، ومن بين هذه النشاطات، النشاط البدني الرياضي.[71]

ج- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي:

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي بتعددها نظرا لتعدد المجالات المختلفة لأنواع الأنشطة الرياضية، ونظرا لتعدد الأهداف التي تحقيقها عن طريق

---

[70]- السيد خير الله، مرجع سابق، ص 159.

[71]- السيد خير الله، مرجع سابق، ص 162.

ممارسة النشاط الرياضي بصورة مباشرة أو غير مباشرة. ومن أهم العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع الفرد نحو النشاط الرياضي ما يلي:

- المتطلبات الأساسية لحياة الفرد وأثر البيئة التي يعيش فيها.
- الحياة العائلية للفرد، واتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي.
- ألعاب الطفل في مرحلة ما قبل الدراسة (في سن السادسة تقريبا).
- التربية الرياضية في المرحلة الدراسية الأولى، وما تشمل عليه من مثيرات ومنبهات: كالنشاط الداخلي (درس التربية البدنية الرياضية مثلا) والنشاط الخارجي.
- التربية الرياضية في الأندية الرياضية والفرق.
- المهرجانات والمنافسات الرياضية.
- الوسائل الإعلامية للتربية الرياضية، سواء عن طريق الصحف أو المجلات أو التلفزة والراديو...

التشريعات الرياضية والإمكانيات التي تتيحها الدولة للتربية الرياضية وهناك الكثير من الدوافع الهامة على توجيه الفرد في ممارسة النشاط الرياضي ومنها ما يرتبط بمحاولة تحقيق بعض الأهداف الخارجية عن طريق الممارسة الرياضية.[72]

لقد قسم "**روديك**" الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى:

- دوافع مباشرة.
- دوافع غير مباشرة.

➊ الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي:

تتلخص أهم الدوافع المباشرة الخاصة بالنشاط البدني الرياضي فيما يلي:

- الإحساس بالرضاء والإشباع كنتيجة للنشاط البدني الرياضي.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها والتي تتطلب المزيد من الشجاعة الرياضية وما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعددة.
- تسجيل الأرقام القياسية والبطولات واثبات التفوق وإحراز الفوز.

---

[72] - محمد حسن علاوي، مرجع سابق، ص.158.

نستخلص مما سبق أن الدوافع المباشرة توفر الراحة النفسية للفرد عند قيامه بنشاط رياضي ما.[73]

❷ الدوافع غير المباشرة للنشاط البدني الرياضي:

من أهم الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي ما يلي:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي فإن سألت الفرد عن سبب ممارسته للنشاط البدني الرياضي فإنه قد يجيب بما يلي: أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة وتجعلني قويا.

- ممارسة النشاط البدني الرياضي يساهم في رفع مستوى قدرته في عمله ويرفع من مستوى إنتاجه في العمل.

- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط البدني الرياضي إذ قد يجيب بما يلي: بدأت في ممارسة النشاط البدني الرياضي لأنه من الضروري على حضور حصص التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، نظرا لأنها إجبارية تدخل ضمن البرنامج الدراسي.

الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة، إذ يرى الفرد أنه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية والفرق الرياضية، ويسعى للانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضيا.[74] من خلال ذكرنا للأهداف السابقة يمكن القول بأن لممارسة النشاط البدني الرياضي دور فعال في حياة الأفراد، فمنه يكتسبون اللياقة البدنية الجيدة ويزداد نشاطهم العملي ويندمجون في الوسط الاجتماعي، ويبرز أثره الخاص عند فئة المراهقة.

III- الترويح والرياضة:

هناك علاقة وثيقة بين الترويح والرياضة، فالرياضة نشاط اختياري ممتع، إلا أن الترويح لا يقتصر على الأنشطة البدنية والرياضية فقط، بل يشمل العديد من الأنشطة الثقافية والاجتماعية والفنية، إذ أن الأنشطة الرياضية الترويحية تتميز بأهميتها البالغة في التنمية الشاملة.

---

[73]- [2]- محمد حسن علاوي، مرجع سابق،ص160 161.

إن إدخال عامل الترويح على الرياضة قد أسهم في تغيير طرق وأساليب التربية الرياضية، فعلى سبيل المثال زاد الاهتمام بالأنشطة التي ترتبط بعاملي المرح والتسلية مثل الألعاب الصغير والسباقات والتتابعات، وغيرها بعد أن كان الاهتمام مركزا على التمرينات البدنية فقط، وبالإضافة إلى ذالك فقد أسهم الترويح في الاهتمام ببرامج النشاط خارج الدرس، وبرامج الأنشطة خارج المدرسة بصفة كبيرة.

1- أنواع الترويح:

هناك عدة أنواع من التراويح: الترويح الخلوي، الترويح الاجتماعي، الترويح الفني، بما في ذالك الترويح الرياضي الذي يهمنا في البحث.

1-1- الترويح الرياضي: يتميز الترويح الرياضي، بأن له أهمية كبيرة في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة للشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية. ويمكن تقسيم الترويح الرياضي كما يلي:

*** الألعاب الترويحية الصغيرة:** ألعاب الجري ألعاب الكرات الصغيرة، وألعاب الرشاقة، وتتميز بمرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها.

*** الألعاب الرياضية الترويحية الكبيرة:** وهي الأنشطة التي تمارس باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها إلى ألعاب فردية وأخرى جماعية أو زوجية، أما لموسم ممارستها هي تمارس طوال العام.[75]

*** الرياضات الترويحية المائية:** وهي أنشطة ترويحية الماء، ويعتبر هذا النوع من الأنشطة من أحب ألوان الترويح في بلادنا.[76]

2- الأنشطة البدنية والترويح الرياضي:

ولدت الرياضة ونشأت في كنف الترويح، وارتبطت إلى أقص حد بوقت الفراغ، وعلى الرغم من استقلال الرياضة عن الترويح في العصر الحديث كنظام اجتماعي قافي، إلا أنها مازالت ولسوف تظل مرتبطة بالترويح، لأن جوهر الرياضة يتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحية، لأن عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين من حيث أهميتهما للإنسان مثل المتعة والتسلية والبهجة، وإزالة التوتر والاسترخاء، الصحة،

---

[75] - محمد علي محمد، وقت الفراغ في المجتمع الحديث، مصر: دار النهضة العربية،1986 ، ص.64

[76]- محمد علي محمد، مرجع سابق، ص.64

اللياقة، الخبرة الجماعية، الإثارة، التنافس والجهد البدني، الانجاز الشخصي، التعبير عن النفس، وتحقيق الذات، وهي كلها تعبر عن قيم وحاجات أساسية للإنسان واتجاهه في هذا العصر.

لقد اتفقت قيادات العمل الطبي ومن بينها إدارة الخدمات الطبية العامة بالولايات المتحدة الأمريكية على ان انخفاض اللياقة البدنية هي المشكلة الصحية الأولى، واتفقوا أيضا على أن الحل هو التوصية بالتمارين الرياضية المنتظمة، ويكلف انخفاض اللياقة البدنية خسارة مادية وإنسانية كبيرة، فالملايين تنفق في ساعات العمل الضائعة وخسارة للإنتاج الضائع، وتكلفة الخدمات الطبية، ومدفوعات التأمينات، والأكثر من السنوات العمر التي كان يمكن توجيهها للإنتاج وأفسدتها المشاكل الصحية.[77]

3- مفهوم التربية الرياضة الترويحية:

يعتبر تحديد مفهوم التربية الرياضية الترويحية أمرا مهما للدراسات العلمية في هذا الميدان، نظرا لكونها القاعدة الأساسية لجميع النشاطات الرياضية خلال حياة الفرد، فهذا المصطلح يخضع للقاعدة النظرية من جهة، والإطار العلمي من جهة أخرى، والذي يعد عنصر إدماج للناحية التربوية والأنشطة الرياضية المختلفة، وفي السنوات الأخيرة تعددت المفاهيم والألفاظ التي تصف التربية الرياضية الترويحية، فمنهم من ينظر إليها على أساس تأثير شخصية الفرد واتجاهه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ.

يرى **فروبل Frobel** أن التربية الرياضية الترويحية هي مرآة للحياة، تعطي للطفل لمحة عن العالم الذي عليه ان يتعلم من أجله، وهي تخدم دائما غرض ما، فهي تعبير عن إنسانية الطفل الداخلية وانعكاسا لاستعداداته وقدراته الخلاقة.[78]

أما **أرسطو** فيرى أن من أهم أهداف التربية، هو تعلم الأفراد كيف يستطيعون قضاء وقت فراغهم واستثماره بطريقة إيجابية ومفيدة.[79]

---

[77] - كمال درويش، أمين الخولي: أصول الترويح وأوقات الفراغ، ط3،القاهرة: در الفكر العربي،1990، ص.301- 304

[78]- عطيات محمد خطاب: أوقات الفراغ والترويح،ط3، القاهرة: دار المعارف،1988، ص.66.

تعريف الباحث: من خلال ما سبق من التعاريف وبعد الإطلاع على التعاريف الأخرى يمكن أن نستخلص التعريف التالي للتربية الرياضة الترويحية "هي عملية تهدف إلى تنمية الفرد تنمية شاملة وذالك بتحقيق توازن الشخصية السوية من خلال تحقيق الذات وتحسين العلاقات الاجتماعية، وتخليصه من كل الضغوط الناجمة عن وقت العمل، وذالك من خلال التوفيق بين حسن أداء العمل، وحسن استثمار وقت الفراغ من أجل تحديد الطاقة، بما يراه مناسبا لراحته سواء بمفرده أو مع جماعته"

4- الترويح في الإسلام:

لم يغفل الدين الإسلامي هذا الجانب المهم من حياة الفرد المسلم في صياغته لقوانين الحياة، ويتجلى ذالك من خلال مارد في سيرة النبي صلى الله عليه وسلم

يعد الترويح أحد النظم الاجتماعية التي يتأسس عليها المجتمع، إذ يُعد الترويح ضرورة من ضروريات الحياة، وكذلك ضرورة اجتماعية تسهم في بناء وتطور شخصية المسلم، ولذا يحرص الدين الإسلامي على استثمار أوقات فراغ الفرد وعلى حسن توزيع الوقت بين العبادة والعمل الجاد، والترويح عن النفس.

وقد روى الطبراني عن الرسول صلى الله عليه وسلم قوله: «**أن أحب الأعمال إلى الله تعالى بعد الفرائض، إدخال السرور على المسلم**».

وإن كان الإسلام قد أباح الترويح عن النفس، إلا أنه قد أكد على عدم استرسال المسلم في الترويح عن نفسه في أوقات فراغه حتى لا يضيع وقته هباء، وحتى لا يؤثر ذلك على عبادته وعمله ومقدار إنتاجه وحتى لا يضر بصحته أو يضر بمجتمعه.

وقد حذر الله سبحانه وتعالى من إضاعة الوقت فيما لا يفيد، إذ قال سبحانه وتعالى: **الَّذِينَ اتخَذُوا دِينَهُمْ لَهْوا وَلَعِبًا وَغَرتْهُم الْحَيَاةُ الدنيا فَالْيَوْمَ نَنْسَاهُم كمَا نَسُوا لِقَاءَ يَومِهِم هَذَا وَمَا كَانُوا بِآيَاتِنَا يَجْحَدُونَ** [الأعراف: 51]،[80] وبذلك نرى أن الدين الإسلامي ينظر إلى الترويح على أنه وسيلة وليس غاية، فهو وسيلة تربوية واجتماعية،

---

[79] - كمال درويش،محمد الحماحمي: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1997، ص.122.

[80] - د/ محمد السيد الوكيل: الترويح في المجتمع الإسلامي، الرئاسة العامة لرعاية الشباب، الرياض 1983، ص.14.

بقصد تحديد نشاط الفرد المسلم وجعله في حيوية، وكذلك بغرض إشباع حاجاته البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية والروحية، كما أن الدين يؤكد على ضرورة أن يراعي الترويح أصول ومبادئ الشريعة الإسلامية حتى يتحقق للمسلم الخير في الحياة الدنيا والآخرة، ومراعاة ألا يطغى وقت الترويح على أوقات عبادته أو عمله.

وقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم في حياته هو القدوة والمثال والأسوة من باب المراوحة بين الجد والترويح، كما كان عليه الصلاة والسلام المثل الأعلى في الذكر والتذكر والعبادة والقيام وفي الكدح الجاد الدؤوب، ولقد روى الترمذي عن النبي صلى الله عليه وسلم قوله: « وتبسمك في وجه أخيك صدقة».[81]

---

[81] - منى حداد، أبناؤنا بين الإعلام وأخلاق الإسلام، ط.3، بيروت، مؤسسة الرسالة، 1983، ص.123- 124.

خلاصة:

في هذا الفصل قمنا بشرح مفهوم الترويح، ومعرفة كافة جوانبه، من أهمية وأهداف وأنواعه وما يخدم المجتمع البشري.

وما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه، أن للإنسان حقوقا، ومن بين هذه الحقوق الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الرياضية الأخرى، وذلك لما لها من أهمية من الجوانب البيولوجية، الاجتماعية النفسية، التربوية، الاقتصادية والسياسية.

كذلك أنه من خلال مزاولة تلك الأنشطة يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري، والتنفسي والعضلي والعصبي.

والترويح كأي جانب من جوانب السلوك الإنساني يتغير باستمرار، كما تتغير كذلك الاتجاهات نحو الترويح ودرجة المشاركة فيه، فقد كانت ومازالت هناك تغييرات كبرى تحدث في مجال الترويح من قديم الزمان، ودراسة تاريخ الترويح تساعد على تنمية المفاهيم والعمل على التقدم بها في الزمن الحاضر، كما تساعد على التعرف على الاتجاهات المحتملة مستقبلا للترويح.

الفصل الثاني: اللعب وألعاب الفيديو

I- اللعب

- تعريف اللعب
- أنواع اللعب
- قيمة اللعب
- تقسيم الألعاب
- نظريات العب

II- ألعاب الفيديو

- نشأة ألعاب الفيديو
- تعريف ألعاب الفيديو
- تطور ألعاب الفيديو
- أنواع أجهزة ألعاب الفيديو
- آخر إنتاج في أجهزة ألعاب الفيديو
- أنواع ألعاب الفيديو
- صناعة ألعاب الفيديو
- استخدام ألعاب الفيديو في مجال التدريب العسكري
- اثر ألعاب ألفيديو على ألفرد والمجتمع

خلاصة

تمهيد:

يعتبر اللعب من الأنشطة الاجتماعية ذات الطابع الترفيهي والتي يمارسها مختلف شرائح المجتمع خاصة الأطفال والمراهقين، هذا اللعب الذي قد يكون منظما كبعض الأنشطة الفكرية أو الرياضية أو عفويا غير مقيد بضوابط أو قوانين كالتصرفات التي يقوم بها الأطفال من الجري وحمل الأشياء ومداعبة اللُعب، كما يعتبر وسيلة تربوية ونشاط تعليمي يسعى المختصون في هذا المجال إلى استغلال بعض الجوانب الايجابية في حياة الطفل وتشجيعه عليها وتنمية مختلف قدراته الفكرية والبدنية والمهارات الأساسية من الوقوف والمشي إلى ممارسة مختلف نشاطات اللعب الرياضية والفكرية، كما يمكنه من اكتساب بعض الصفات كالصبر والقدرة على مقاومة التعب والوصول إلى تحقيق أهدافه إضافة إلى أخلاق التسامح والتعاون وحب الزملاء بينهم .

كل هذا يساعد الطفل على العيش حياة عادية دون عقد أو مشاكل حتى يكبر بصفة جيدة وعقل سليم.

I- اللعب:

1- تعريف اللعب:

حسب **عطية محمود**، يعد اللعب الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تحيط بالطفل والتي تحيط بالطفل والتي تفرض فسها عليه في لحظة وآونة، فعن طريق اللعب يكتشف الطفل البيئة التي يعيش فيها، ويوسع من معلوماته عنها ويزيد من مهارته ويعبر عن أفكاره ووجدانه.[82]

واللعب عبارة عن نشاط حر ومسلي، أين تكون فيه أفكار اللعب ثابتة، والمستوى معقول والأدوار محددة.

شويرال (1974) يتحدث عن "**علم الظواهر**" بالنسبة للعب الذي يعطي قيمة للحرية الحركية في إطار وسط محدد "معرف" ويتم فيه التساوي بين الذهاب والإياب للحركات في توازن ثابت.[83]

وحسب "**رويرن لغون**" اللعب نشاط خاص بالطفل يساهم في بناء الشخصية. [84]

---

[82]- عطية محمود، مجلة علم النفس ، 1949 ، ص 43 .

[83] - IRWINHAHN, <L'entraînement Sportif Des Enfants>, Edition VIGOT, 1991,p23 .

2- أنواع اللعب:

يوجد اللعب في المجتمع على عدة أوجه لكل منها أهداف وميكانيزمات محـددة بدقـة وهي كالآتي:

2-1- اللعب العفوي:

يعتبر أساس النشاط النفسي الحركي للطفل وهو عبارة عن الوسيلة الأولى للتعبير عن طريق إشارات لحركات تظهر مجانية، وبعد ذلك يتوجه اللعب نحـو الـتعلم للحيـاة الاجتماعية، ويصور ما يصوره الكبار.

2-2- اللعب التربوي:

فهمت المدرسة الفعالة (النشطة) بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي وذلك خاصـة عندما يكون الطفل في ريعان نموه بحيـث يثيـر الانتبـاه، وينمـي روح الملاحظـة والتعاون، ويمكن للعب التربوي أن ينظم سلوكات الطفل ويهيئه للحياة الاجتماعية. [85]

2-3- اللعب العلاجي:

يستعمل اللعب في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص، حيث أنـه لا يمكن تحديد المشاكل التي يتخبط فيها الطفل، ولا يمكن في بعض الأوقات والظـروف معرفة ما يختلج بصدره إلا عن طريق اللعب، والذي يكمن في نشاطات الطفل (الرسم، الدمى الخشبية، اللعب ... الخ).[86]

3- قيمة اللعب :

اللعب أهم وسيلة تربوية ينبغي اعتمادها في تشكيل جوانب شخصية الفرد لكونها وسيلة ناجعة تساعد الطفل على اكتشاف المحيط واكتساب الخبرات وهي سند تربوي مثـالي للتعامل مع الغير، كما أنها تساعد على:

- تدريب الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرات.
- تمكين الطفل من اكتشاف المحيط.
- تنمية معظم إمكانيات الطفل الجسمية والعقلية.

---

[84] - H.Mouloud, M.Samir,M.Laid , <Lapace des JEUX PRES SPORTIFS dans l'enseignement Secondaire>p18.

[85]- عطية محمود، نفس المرجع ، ص 18 .

[86]- H.Mouloud, M.Samir,M.Laid، مرجع سابق ، ص 18 .

- تلبية حاجيات الطفل وميوله إلى اللعب والحركة.
- مساعدته على التكيف الاجتماعي.
- تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة.[87]

4- دور اللعب في تكوين الطفل:

يقول "لي Lee " "اللعب يكون الطفل"، والقصد من هذا القول أن الطفل يعبر عـن أفكاره ويرضي احتياجاته عن طريق اللعب الذي يعبر وسيلة للتطوير الشامل للطفـل عبر التنويع فيه، وله تأثير من عدة جوانب هي:

4-1- الجانب الاجتماعي:

يساهم اللعب في تنشئة الطفل اجتماعيا واتزانه عاطفيا وانفعاليا، لأنه مـن خـلال اللعب مع الآخرين، يكتسب الإثارة والأخذ والعطاء، واحترام حقوق الآخرين، بالإضافة إلى أن اللعب يؤدي دورا هاما في تكوين النظام الأخلاقـي.[88] والجانـب الاجتمـاعي للألعاب هو الأكثر إفادة للطفل إذ لا يمكنه اللعب منفردا، لهذا يكـون الطفـل مـدعوا للاندماج في مجموعة الأطفال.

4-2- الجانب النفسي:

إن المحللين النفسانيين ينظرون إلى اللعب علـى أنـه الطريـق الأسـمى لفهـم المحاولات التي يقوم ذات الطفل للتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي تمـر بهـا، إذ يكتشف الطفل الذي يعاني من مشكلة خاصة في نفسه، عن طريـق اللعـب بشـكل لا تعادله طريقة أخرى.[89]

ويقول **P.Mardoka** " اللعب يعطي ويعكس الحياة النفسية للطفل حيث يعتبر المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل التنفيس والتفريغ ".[90]

4-3- الجانب البدني:

---

[87]- إلين وديع فرج، اللعب والشخصية السوية، بيروت، 1986، ص 21 .

[88] -M-Boutaba Merhi, « Les jeux comme activité d'évite a l'école fondamental -sous-la réaction de Mer Bouamna, A U.80.81.ISTS.pp 27-39 .

[89]-2- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1986 . ص 120،123.

[490]- مجلة التربية، العدد 66، 1974، ص 0

توجد فوائد عديدة للعب تعود على البدن بالإيجاب، حيث يساعد علـى زيـادة الوزن ونمو القدرات العضلية للطفل، لهذا يعتبر اللعب ضروريا في هذه المرحلة لتهيئة الطفل لاستقبال الأعمال والمهارات التي تتطلبها المراحل المقبلة، إلى جانب هذا،فاللعب ينمي العضلات الكبرى والصغرى التي تمكن الطفل من القيام ببعض الأعمـال التـي تتطلب مهارة يدوية معينة وتتضح أهمية اللعب في النمو الجسمي.[91]

5- تقسيم الألعاب:

يمكن تقسيم الألعاب الرياضية إلى نوعين هما: الألعاب الكبيرة واللعاب الصـغيرة والألعاب الشبه الرياضية. أما الألعاب الكبيرة فهي ذلك النوع من الألعاب التـي لهـا قواعد وقوانين متعارف عليها محليا ودوليا، وتحتاج عادة هذه الألعاب إلـى مسـاحات كبيرة لإقامتها ولعدد كبير من الأفراد لممارستها ومزاولتها.

أما اللعاب الصغيرة فهي الألعاب التي ليس لها اتحادات دوليـة أو قـوانين ثابتـة، ويجب أن لا يغيب عن أذهاننا أن هناك عوامل كثيرة لها أثر كبير في تقسيم الألعـاب ومن أهم هذه العوامل نجد:

5-1- الجنس :

من المعروف أن هناك ألعابا للبنين تختلف عن العاب البنات، وذلك لاختلاف القوة العضلية والاستعداد الجسمي عند كل منهما، فمثلا نجد أن هناك بعض الألعـاب التـي يمارسها البنون لا تقبل عليها البنات أو يتعذر ممارستها من قبل البنات وذلك للأسباب السابقة.[92]

5-2- السن:

لا شك أن الألعاب التي يمارسها الكبار وينتفعون بها تختلف عن الألعـاب التـي يمارسها الصغار ويقبلون عليها حيث أن العاب الصغار تطغى عليها النزعة الأنانيـة والفردية، في الوقت الذي يميل الكبار للواقعية والنشـاط الجمـاعي، أي أن الألعـاب تتماشى ومراحل النمو في محاولة إشباع نزعات الفرد في المراحـل المختلفـة مـن حياته.[93]

---

[1]-[2] - إلين وديع فرج، مرجع سابق، ص 19.

[93]-[2]-[3]- فايز مهنا، مرجع سابق، ص 172-173، 176،175.

5-3- البيئة:

للبيئة أثر في تنوع اللعاب واختلافها، فنلاحظ مثلا أن المناطق التي تكسوها الثلوج تمارس نوعا خاصا من الألعاب مثل التزلج على الثلج، وغيرها مـن الألعـاب التـي تفرضها ظروف البيئة في الوقت الذي يمارس سكان المناطق المعتدلة ألعاب مختلفـة مثل الهوكي وكرة القدم.[94]

5-4- العوامل الجوية:

إن الألعاب التي تمارس في فترة الشتاء مثل كرة القدم تحتاج إلى كثير من الجهد و النشاط وتتطلب برودة في الجو، وحاجة الجسم إلى بذل بعض الجهد للمحافظة على حرارته، أما الكرة الطائرة مثلا فهي من اللعاب التي يمكن ممارستها في فصل الشـتاء فإن هذا النوع من النشاط يصبح من الصعب ممارسته لشدة برودة الجو وما يرافقـه من عدم تحمل أصابع الفرد لضربات الكرة وصدماتها.

5-5- عوامل أخرى:

ومن أهم العوامل التي تؤثر بشكل كبير على نـوع الألعـاب، فسـحة المكـان والأدوات المستخدمة، فالمكان الفسيح يعطي للمربي الفرصة لاختيار الألعـاب التـي تناسب عدد الأطفال وإمكاناتهم ولكن ضيق المكان يحد من هذا الاختيار ويحتم عليـه اختيار ألعاب محددة يمكن تطبيقها في هذا الحيز المحدود.[95]

6- نظريات اللعب:

حاول العلماء في علم النفس في القرون الماضية وضع تفسيرات مختلفة لطبيعة اللعب ووظيفته وكانت أهم الأسئلة التي اعترضت أولئك الفلاسفة هي مـا طبيعـة اللعـب ؟ ولماذا يلعب الطفل بهذه الطريقة المعينة وما فائدة اللعب ؟

وكانت الإجابة على هذه الأسئلة تصد إلى حد كبير نظرة واتجاهات البالغين نحو لعب الصغار خلال الأزمنة المتتالية من التاريخ حتى الآن وسنذكر فيما يلي أهم النظريات:

6-1- نظرية الطاقة الزائدة:

صاحب هذه النظرية كل **من فريدريك سيلير وهاربارت سبانسر** وتذهب هذه النظرية إلى القول بأن اللعب يكون عادة نتيجة وجود طاقة زائدة لدى الكائن وليس في حاجـة إليها، ومما يؤيد هذه النظرية أن الأطفال يلعبون أكثر من الكبار نظـرا لوجـود هـذه الطاقة ويضيف سبنسر إلى هذا بأن الطاقة الزائدة ليست قاصرة على النشاط العضوي بل يقصد باللعب كل نشاط مخالف ومضاد للنشاط الجسدي.

وهناك من يوجه نقد لهذه النظرية بأن اللعب لا يكون بدأ بوجود طاقـة زائـدة عنـد الطفل، فكثير ما نشاهد الطفل يلعب وهو في غاية الإرهاق، ومع ذلك يستمر في نشاطه ويوصل ألعابه.

6-2- نظرية الإعداد للحياة:

فقد أعد هذه النظرية **كارل جروس** سنة **1896** وهي مقاربة لنظريـة **شـانلي هـول** فوظيفة اللعب إعداد الطفل للمستقبل، وأساسياته ليست الطاقة الزائدة ولكنـه الـدافع الداخلي لتكييف الشخص مع بيئته، فهي للطفل لكي يقوم وينمي استعداداته الموروثـة أثناء محاولته التكيف مع المحيط المعقد.

فاللعب يقوم بوظيفة لا تستطيع القيام بها الغرائز الآلية وحدها وبديهيا أنه أصـلح وقت لهذا التكيف مع مرحلة الطفولة، فوظيفة اللعب في نظر جروس هي تمرين مـن نواحي النشاطات المختلفة التي يحتاجها الكائن الحي عند الكبار . كما النشاط اللعبي هو أكبر دافع لنمو الفرد وتقدمه، إذ كان **جروس** يرى في اللعب مظهرا في الترفيه العقلي والعضلي. كان التنبيه إلى هذا السؤال: **لماذا توجد أنماط مختلفة للعب؟**

أن هذه النظرية لها وجهان متباينان:

- فهي نظرية عامة في اللعب على أنه تمرين وإعداد سابق.
- ونظرية خاصة بتحليل الرمز.

إن اللعب حسب هذه النظرية إعداد للمستقبل وليس مجرد تمرين، فرأي **جروس** "لعب الطفولة عبارة عن إعداد السلوك الغريزي إعدادا صحيحا".[96]

6-3- نظرية الغريزة:

[96]- ليلى يوسف، اللعب والتربية الرياضية، القاهرة، المكتبة الأنجلومصرية، 1962، ص 560 .

ترى هذه النظرية أن الإنسان له اتجاهات غريزية تظهر نحو النشاط في فتـرات عديدة من الحياة، فالطفل يتنفس، يضحك، يمشي، يقف...، وهذه الأمور غريزية تظهر طبيعية والتطور بلا تخطيط وبلا هدف معين كاستغلال وقت الفراغ مثلا بل أنه يعتبر جزءا من أن اللعب مصدره طبيعة الفرد أي منبع الغريزة ولكن يجـب الأخـذ بعـين الاعتبار التوجيه أثناء اللعب والذي له أهمية كبيرة في عملية التعليم بالنسـبة للطفـل، التكوين العام للإنسان.[97]

6-4- نظرية الميراث:

اللعب والألعاب جزء لا يتجزأ من ميراث كل فرد، فالمجتمع إنما يكرر الأشـياء الأساسية للعب، التي استخدامها القدماء، فهناك الألعاب تكون جزءا رئيسيا من حيـاة الناس اليومية، لأجيال كثيرة جدا ومن هذه الألعاب التسلق، الرمي، الجري، وما اللعاب الحديثة إلا صورة متطورة لهذه الألعاب القديمة .[98]

ويقصد بهذه النظرية التي وصفها **شانلي هول** هي أن اللعب انتقال من جيل إلـى آخر عبر العصر القديم، أي أن الماضي هو مفتاح اللعب.

6-5- نظرية ديناميكية الطفولة:

لقد وضع هذه النظرية عدة باحثين في علم النفس، فنجد "كارل" الذي يـرى فـي اللعب وسيلة للتنفيس عن الميول الدميمة وتحويله إلى ميول مقبولة وهذا عـن طريـق التوجيه، ويهتم **كارل** بوظيفة اللعب في التعويض، ولقد اهتم بالحديث عن هذه الوظيفـة الكثير من علماء علم النفس ويرى **تايلور** والسيد **كارتي** بأن الهدف هو الإشباع النفسي الحر، ويقول **كلونق** بأن الهدف الأصلي للعب هو تكامل الذات، وينادي **بالابانترد** فـي كتابه **علم النفس الطفل**، إن وظيفة اللعب هو أن يسمح للطفل أن يعبر لذاتـه وينمـي شخصيته.[99]

إن جميع هؤلاء العلماء يؤيدون بصفة أو بأخرى أن اللعب بنيته طريقة لتنمية الذات واتزانها، لكن **ما هي إذن طبيعة ديناميكية الطفولة ؟**

---

[97]- علي بشير الأفندي، إبراهيم الحومي، عبد الوهاب فؤاد، المرشد الرياضي والتربوي، طرابلس، المنشأة العامة للنشر والتوزيع والإعلام، ط1، 1980، ص 160 .

[98]- تشارلز بيوتشر، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معرض، المكتبة الأنجلومصرية، 1964، ص 98 .

[99]- ليلى يوسف، مرجع سابق، ص 70 .

يرى **بيري تيجاك** بأن الطفل يلعب لأنه طفل، ويعني بذلك أن الطفل يلعب نظرا لوجود خصائص معينة للآليات النفسية، لا تسمح له بأن يعمل أي شيء إلا أن يلعب، ومن خلال هذا يقسم **فيجير بيراي تيجك** ديناميكية الطفولة بأربع خصائص يمكن أن تفسر طبيعة اللعب هي:

- نقص التوافق الحركي النفسي والعقلي.
- الاندفاع والفعالية.
- الحاجة إلى التفاهم الراجع إلى المشاركة الوجدانية أكثر من الحاجة إلى المعرفة الموضوعية.
- التذبذب بين الخجل من ناحية واحترام الأشياء من ناحية أخرى مما ينشئ عنه التردد بين الإقدام والتراجع.

إذن حسب هذه الديناميكيات التي تسيطر على الروابط بين الطفل وبيئته، يتكون اللعب وتتضح قيمته كوسيلة للتفاعل بين الطفل اللاعب وبين زميله في النشاط والموضوع الخارجي الذي يستخدمه كأداة أو ميدان اللعب [100]، ومن خلال هذه النظرية نستنتج أن اللعب ما هو إلا وسيلة يستخدمها الطفل بطريقة لا شعورية حتى يتفاعل مع الوسط الذي يعيش فيه ومنه يمكن القول أن هذه النظرية تعتبر الأكثر واقعية مقارنة بالنظريات الأخرى.

6-6- نظرية أدلر في اللعب:

يقول **أدلر** في لعب الأطفال هو إشباع حاجاته عن طريق النشاط الجسمي أو التخلي فيقول "إن الطريقة التي يلعب بها الطفل والأنواع التي يحتاجها ومدى الاهتمام الذي يظهره نحوها إذ توضح اتجاهاته نحو بيئته وكيفية علاقته مع زملائه سواء كانت علاقة صداقة أم عداوة.[101]

كما أن عن طريق اللعب يمكننا مشاهدة جميع اتجاهات الشخص نحو الحياة بوجه عام بملاحظة الطفل أثناء اللعب وفي هذا الإطار يرى **أدلر** إن النظرية السابقة لم تعط

---

[100]-[3]- ليلى يوسف، نفس المرجع ، ص 73،71.

([1])-([2]) ليلى يوسف، المرجع السابق، ص 73،71

تفسيرا شاملا لوظيفة اللعب، فاللعب كأي نشاط آخر لا بد له من دوافع ويظهر في صور مختلفة من السلوك والتصرفات سواء كان نشاطا جسميا أو عقليا.[102]

II. ألعاب الفيديو:

1- نشأة ألعاب الفيديو:

إن أول من طور لعبة كمبيوترية تفاعلية وكان اسمها لعبة **التنس لِلاعِبَيْن Tennis For Two** هو الباحث **ويليام هيجينبوتام W.Hijinputham** ومساعدوه من مختبر **بروكنهافن** الوطني التابع لوزارة الطاقة الأمريكية وذلك عام **1958م** وكان الهدف من تطوير هذه اللعبة الترفيه عن زوار قسم الأدوات في المختبر، ولم يكن **هيجينبوتام** يتوقع أن تصل آفاق هذه التقنية إلى أبعد من حدود الترفيه، حتى أنه لم يسجل هذه اللعبة في براءة اختراع إذ أنه لم يعلم أن الألعاب الالكترونية ستصبح يوما سوقا رائجا يفوق حجمه 30 مليار دولار سنويا في مختلف أنحاء العالم.[103]

2- تعريف ألعاب الفيديو:

ألعاب الفيديو أو البرنامج المعلوماتي للألعاب (Ludiciel). هو النشاط الترفيهي الأكثر استعمالا في مجال الألعاب المختلفة، أين تجد العنصر الأساسي فيها هو الشعور بالصورة التي تنتجها وتصدرها مختلف أجهزة نظام الإعلام الآلي المستعملة من طرف الفرد، هذا الأخير الذي يدعى "**اللاعب**"، يمكن أن يتفاعل مع الغير أو الرموز التي تظهر على نظام الإعلام الآلي بواسطة لواحق جهاز الكمبيوتر- الجهاز الأكثر استعمالا سنة 2005- مثل الفأرة، الوحدة المركزية، أجهزة القيادة ووسائل التحكم الموصولة بالوحدة المركزية، إضافة إلى مختلف أجهزة الألعاب الالكترونية الحديثة والقديمة والتي من أهمها **إكس بوكس X-Box**، **والبلاي ستايشن Play Station**.

لعبة الفيديو تعطي إمكانية اختراع عالم ذو أبعاد ثلاثة، هذه القدرة تستخدم عموما لاختراع عالم مختلف كل عن الواقع، ومع هذه القدرة فالمخترعون لهم أيضا امكانية عرض - أحيانا تهرب من الواقع - بديل للعالم الحقيقي مثل الذي نجده في الأدب أو

---

[103]- وليد الشويكي، العربي العلمي، ملحق علمي لمجلة العربي، العدد 05، أكتوبر 2005، ص 08 .

السينما مع عالم الخيال أو "Médiéval "، لكن ومن جهة أخـرى قـد يكـون العـالم المخترع عبارة عن تقليد للعالم الحقيقي مع ألعاب التظاهرات الرياضية أو الحربية.[104]

3- تطور ألعاب الفيديو:[105]

لقد قفزت الألعاب الالكترونية في العهد الأخير قفزات تقنية هائلة جعلت هذا السوق هو الأكثر رواجا من بين وسائل الترفيه الأخرى كالموسيقى والأفلام وقد أدى ذلك الرواج بدوره إلى إقبال الشركات الكبرى على ذلك المجال مثل شـركة إلكترونيـك **آرتـس** المنتجة للعبة –FIFA**-** الشهيرة لكرة القدم والتي تبلـغ عوائـدها **5.2** مليـار دولار سنويا، ولقد قامت هذه الشركات بوضع استثمارات ضخمة في برمجة وتصميم الألعاب بحيث تحظى بقدر كبير وغير مسبوق من المحاكاة للواقع يضفي عليهـا المصـداقية والمتعة.

ولقد تطورت الألعاب الالكترونية عبر السنين حيث أصبح ممكنا الآن الدخول من خلال الخيال والحواس في عالم ألعاب الفيديو التي أصبحت ذات أبعاد ثلاثة مثلا، في لعبـة شطرنج مع بطل جالس لأمامنا مجازيا أو مواجهة شخصيات مستنسـخة فـي كـرة المضرب وكرة القدم، حتى أنه تم إنشاء منتزهات مجازية حيـث يسـتطيع الزائـر التدرب على التزلج أو لعب البيسبول مقابل صور مستنسخة مـن الأبطـال، أو لعـب الغولف في أجمل الأمكنة في العالم ونزول المنحدرات الأكثـر روعـة، واصـطياد الحيوانات البرية في أدغال إفريقيا، وزيارة المدن التاريخية في سباق العربات في روما أو في معركة تاريخية بالسيوف والخيول.[106]

4- أنواع أجهزة ألعاب الفيديو:

توجد ثلاثة أنواع رئيسية معروفة من الأجهزة التي يمكن من خلالها امكانيـة اللعـب بلعبة فيديو خاصة بعد التطور التقني الكبير الذي يشهده هذا المجال من الألعاب وكـل نوع يوفر عدد كبير من الألعاب التي قد تكون عبارة عن منافسـة رياضـية- لعبـة عسكرية-التنزه والصيد وغيرها.

---

[104]- الموقع الإلكتروني: www.jeu-video.com .

[105]- وليد الشويكي، مرجع سابق، ص10 .

[106]- جاك أتالي، ترجمة يوسف ضومط، معجم القرن 21، دار الجيل، ط1، 2000، ص 167 .

4-1- اللعب على جهاز الكومبيوتر:

إن ألعاب الفيديو على جهاز الكومبيوتر هي عبـارة عـن برنـامج معلومـاتي آلـي (Logiciel) تم تركيبه على جهاز كمبيوتر شخصي ذو امكانية لتبادل المعلومات بـين الأنظمة الآلية للألعاب، ومن بين هذه الإمكانية يمكن أن نذكر الثنائية (لوحة الكتابـة، الفأرة)، الخاصتان بجهاز الكمبيوتر، وتمكن الفأرة الدخول بسرعة مذهلة إلى التحكمات الكثيرة التي تساعدها في ذلك لوحة التحكم أو الكتابة، وراحة أفضل يمكن للاعـب أن يصل بجهازه بأجهزة أخرى التي تجلب له أفضل راحة مثل عصى قيادة المروحية أو الطائرة للقيام بالطيران ومقود السيارة لألعاب السباق.

الصورة تتم عبر شاشة الكمبيوتر وبمساعدة مخرج الصورة يمكن إخراجها عبر شاشة خارجية أكبر، أو قناع الأبعاد الثلاثة(3D)، أما الصوت يجب إيصاله بمكبـر صـوت خارجي أو مخرج صوت ليصل إلى جهاز تحسين الصوت.

4-2- أجهزة اللعب الالكترونية:

هذه التقنية تستعمل وفقط مع الأجهزة الخاصة بهذا الشأن، لكونها مادة فريدة مـن نوعها متبوعة بمراقب موجه لإنتاج الصوت والصورة، ووسائل الدخول إلى محتويات اللعبة.

وأكثر فأكثر أصبحت هذه الأجهزة كجهاز كمبيوتر شخصي مع تبادل المعلومات بـين الأنظمة الآلية لتبسيط وتوجيه ومراقبة اللعبة.

توصل أجهزة اللعب غالبا إلى شاشة جهاز التلفزيون كما يمكن للاعـب أيضـا مـن استخدام عصى القيادة أو المقود، الرشاش النظري أو الليزري ومن أمثلة هذه الأجهزة نجد **X-Box** وهو الجهاز التابع لشركة ميكروسوفت **Microsoft** وله عـدة أنـواع ونماذج، كما نجد أجهزة شركة سوني **Sony** مثـل**Play Station 1-2-3** وأجهـزة شركة **نينتاندو** **Nintendo** التي تعرف باسم Game Cube.[107]

4-3- أجهزة قاعات ألعاب الفيديو العمومية:

هذا النوع من الأجهزة متعدد وكثير الانتشار وكل جهاز مشدود إلـى أدوات وأجهـزة تحكم متنوعة، الجهاز الرئيسي المركب أساسا من صندوق لجمع قطع النقود، شاشـة

107- الموقع الإلكتروني : www.jeu-video.com

لإخراج الصورة، جهاز تحكم مكون من لوحة القيادة التي بدورها تتكـون مـن أزرار مختلفة في مبادئ عملها ووظيفتها، بالإضافة إلـى أدوات أخـرى مثـل المسـدس أو الرشاش، المقود، كرسي الدراجة النارية أو السيارة.

ويمكن أن نميز بين نوعين أساسيين من أجهزة اللعب:

أ- أجهزة أحادية اللعب: والتي تسمح ببرمجة لعبة واحدة فقط يعمـل علـى أساسـها أجهزة التحكم والقيادة كما يمكن لشخص واحد أو عدة أشخاص المشاركة في اللعب.

ب- أجهزة متعددة اللعب**:** والتي ظهرت في بداية الثمانينيات 1980 بفضـل التبسـيط الذي أدى إلى اختراع نظام **Jamma** الذي يسمح بتغيير اللعبة من الداخل من حيـث المكان والزمان وطريقة اللعب.

5- الروابط بين قواعد اللعب:

في يومنا هذا معظم الألعاب تستخدم في محيطها ومتوفرة للمحيطات الأخـرى سـواء على جهاز الكمبيوتر أو غيره من الأجهزة حيث نجد فيها تقريبا نفس قائمة الألعاب.

والسبب الرئيسي لهذه الحالة يرجع إلى الصعود القياسي والقوي لنتائج أجهزة اللعـب العمومية على حساب النشاطات الترفيهية الأخرى. حيث نجد المبرمجين يركزون على تطوير الألعاب للحصول على أحسن شفرة Code والربح بسرعة.[108]

واليوم، البرمجة تكون بسرعة هذا ما يوفر إمكانية توفر الألعاب المختلفة معـا علـى جهاز **X-Box** أو **Play Station** أو **Game Cube** في وقت واحد والتـي هـي أجهزة لها قوة خارقة.[109]

6- آخر إنتاج في أجهزة الألعاب الالكترونية:

يبدو أن قبضة شركة سوني **Sony** صانعة أجهزة **Play Station** لألعاب الفيديو قد تتراخى في سوق أجهزة الألعاب، فيما تستعد شركة ميكروسوفت المنافسة لطـرح تصميم جديد لجهاز ألعاب فيديو في موسم العطلات، وقد طرح جهاز **إكس بوكس360 (X-Box360)** في الولايات المتحدة الأمريكية ثم أوروبا واليابان في سنة 2005 فـي حين لا يتوقع أن تطلق شركة سوني الجيل الجديد مـن جهـاز (**بـلاي ستايشـن 3**)

---

108 -

109 - الموقع الإلكتروني : www.jeu-video.com .

PlayStation 3 قبل ربيع 2006 ويقول محللو ومحبو الألعاب أن **P.S.3** هو جهاز أكثر إثارة إذ تصل سرعة معالجة إلى ضعفي جهاز**X-Box 360** كما أنه يتسم بوجود الجيل الجديد من تقنية محرك الأقراص الرقمية المدمجة (DVD) وسبع لوحات تحكم يمكنها أن تتصل بالجهاز لا سلكيا، ولكن جهاز **XBox 360** يملك ميزة أنـه طـرح خلال موسم العطل وهو مزود مبدئيا بـ 18 لعبة بينها ألعاب شهيرة مثـل: **نيـدفور سبيد موست واندد وريدج رايسر 06** وغيرها.

وقد تخسر شركة سوني وهي ثاني أكبر مصنع لأجهزة الألعاب المنزلية فـي العـالم وتسيطر على سوق أجهزة الألعاب بجهاز **Play Station 2** نحـو 20 نقطـة مـن حصتها في السوق التي وصلت إلى 70 %، ويتوقع أن تذهب معظم هذه النقـاط إلـى شركة ميكروسوفت، ويقول **هيروشي كاميدي Hirishi Kamidi** وهو محلل ألعـاب يعمل في **شركة (K.B.C)** للسندات المالية "المخاطر أعلى بكثير مما يتخيـل النـاس لأنه ما لم يتمكنوا (**شركة سوني**) من الحفاظ على موقفهم المسيطر بنحو **70%** فـإن الأمور ستكون صعبة للغاية بالنسبة لهم".

وتملك شركة سوني نحو **70%** من حصة السوق العالمية فيما تملك كل مـن **شـركة ميكروسوفت وشركة نينتاندو** التي تعتزم إطلاق جيل جديد من أجهزتها في عام 2006 نحو **15%**.[110]

7- أنواع ألعاب الفيديو:

هناك عدة أنواع من العاب الفيديو تقسم حسب عدة مجالات منها :

حسب المحتوى:

7-1- ألعاب الألغاز(Puzzlers): يهدف هذا النوع من الألعاب إلى إثارة الذهن حيث يعتمد على التفكير للخروج من متاهة مثلا، المشاركة في مسابقات علمية، بصفة عامة هي تعتمد على الذكاء.

7-2- ألعاب المحاكاة الرياضية(sport simulation): يمارس اللاعب خلالها مباراة رياضية مثل لعبة الفيفا Fifa.

[110]- الموقع الإلكتروني : www.el-khaima.com .

7-3- السباقات (Racers): رياضات الحركة حيث وصل هذا النوع من الألعاب إلى درجة كبيرة جدا من التطور وذالك ما توفره هذه اللعبة من محاكاة حقيقية للواقع حيث أصبح اللاعب يجلس في مقعد السياقة ممسكا بمقود القيادة بالإضافة إلى السماعات التي يسمع من خلالها صوت الفرامل والمحرك...الخ.

7-4- ألعاب المغامرة (Adventures): مثل الألعاب الخيالية حيـث يقـم اللاعـب بدخول متاهات قد تعرضه للهلاك وتتضمن هذه الألعاب عامل الخوف وشد النفس.

7-5- الألعاب الحربية (Shoot'em ups): يركز هذا النوع على القتال والمصارعة حيث يستعمل اللاعب كل الأسلحة المتوفرة بالإضافة إلى المتفجرات، مثـل (mortal combat)، (American Army).

8- صناعة ألعاب الفيديو:

إن ألعاب الفيديو اخترعت من طرف جماعات وفـرق تطـوير متكونـة مـن عـدة اختصاصات من أهمها:

- المصممون المختصون في تصور التصميم الذي يتركز عليه اللعب (الكون، القواعد، الرسومات والمناظر المحيطة بمكان اللعب...).

- الفنانون المختصون في إنتاج المحتوى البصـري للشخصـيات المتحركـة للعبـة (الأبطال، الوحوش، الكرة، السيارات...).

- التقنيون المبرمجون بدورهم لهم مهمة تطوير محرك اللعب وأزرار القيادة ومختلف أجهزة التحكم، إلا إذا كانت هذه الأخيرة قد اشتريت من شركة أخرى مختصـة فـي الالكترونيات، وفي هذه الحال فإن مبدأ عمل اللعبة يجـب أن يبـرمج مـن طـرف صانعيه، إذ كان من المفيد لهم أيضا مهمة صنع أدوات ملائمة لمحرك اللعـب مثـل تصنيع الأقراص والبطاقات الالكترونية التي تحمل برنامج اللعب، هذه الفوائد تجعـل المهمة لمنتجي الألعاب سهلة وأكثر بساطة.[111]

9- استخدام الألعاب الالكترونية في مجال التدريب العسكري:

في البدء كان الترفيه هدف ألعاب الفيديو أو الألعاب الكمبيوترية ثم أدى التطور الهائل في تقنيات هذه الألعاب وقدرتها على محاكاة الواقع إلى توجيه النظـر إلـى امكانيـة

---

[111]- الموقع الإلكتروني : www.jeu-video.com .

تسخيرها في منحنى جديد بعيد عن أي غرض ترفيهي وهو استخدامها فـي أغـراض التدريب العسكري، وقد حققت الألعاب الكمبيوترية العسكرية كسابقاتها الترفيهية نجاحا لا يمكن تجاهله.[112]

* الألعاب الكمبيوترية العسكرية:

في جويلية 2002 أطلقت وزارة الدفاع الأمريكية (البنتاغون) لعبة كمبيوترية للتحميـل مجانا على موقعها على شبكة الإنترنت اسمها جيش أمريكاAmericas Army وهدفها أن تعمل كإعلان توظيفي لاجتذاب الشباب الأمريكيين للالتحاق بالجيش، وحققت هـذه اللعبة نجاحا كبيرا، إذ قام بتحميلها أكثر من **3 ملايـين** شـخص علـى كمبيـوتراتهم الشخصية حتى الآن.

بل أطلقت البنتاغون لعبة كمبيوترية أخرى بالتعاون مع شـركة **بانـديميك للألعـاب الكمبيوترية** هي: **المحارب الشامل Warrior Full Spectrum** في جـوان 2004 في إصدارين أحدهما تجاري والآخر لأغراض التدريب العسكري وبـالرغم مـن أن استخدام تقنية المحاكاة في تدريب الجنود على قيادة الطائرات يعود إلى العـام 1929 عندما طور المخترع الأمريكي **أدلينك** أول نظام محاكاة لتعلم الطيران فإن التوسع في استخدام تقنيات المحاكاة التفاعلية لتدريب الجنود على تكتيكات المعارك التي تحـدث على أرض الواقع قد بدأ عام 1999 عندما قررت البنتاغون تأسيس **معهـد التقنيـات الإبتكارية** (اختصار لـ **I-C-T:**) بولاية كاليفورنيا، وقد تأسس بناء على التوصيات التي نتجت عن ورشة عمل عقدت عام 1996 وشارك فيها ممثلون للكلية البحرية العليا وشركة **ديزني** للأفلام المتحركة، **وشـركة بيكسـار** للأفـلام المتحركـة، ووكـالات المشروعات البحثية المتطورة **DARPA** التابعة للبنتاغون، وشركة **NTL** للرقـائق الكمبيوترية، وشركة **بارامونت Parament** للإنتاج التلفزيوني (التي صـار ممثلهـا رئيسا للمعهد لاحقا) وكان هدف ورشة العمل المتنوعة هذه التفكير بشأن تصميم تقنيات كمبيوترية وإلكترونية تحسن قدرة الجنود على التعامل مع معطيات وتكتيكات المعارك

---

[112]- وليد الشويكي، مرجع سابق، ص 08 .

وبصورة تؤدي إلى تحسين وسائل تدريب الجنود وكذلك تقليل النفقات الهائلة التي ينفقها الجيش لإجراء مثل هذه التدريبات بصورة واقعية.[113]

10- أثر ألعاب الفيديو على الفرد والمجتمع:

كشفت الدراسات بسرعة أن مستعملي ألعاب الفيديو يستعملون وسائل ترفيه قليلة كمشاهدة التلفاز وقليلا ما يطالعون الكتب، كما أكدت الدراسات أن إدمان نسبة كبيرة من الناس بمختلف الأعمار على الألعاب عبارة عن مسألة وقت حتى مع الفئة التي كانت تقول أن الوقت المكرّس للّهو عبارة عن تبذير للوقت.[114]

وقد ذكرت بعض الدراسات أن بعض الأولياء يشتكون حالة أطفالهم ممن أصيبوا بهوس اقتناء الألعاب الالكترونية والإدمان عليها من وجود بعض المشاكل الصحية والتربوية بين أطفالهم، مثل تدمع العينين، ضعف النظر، الصداع والدوار إلى ضعف التحصيل والنتائج الدراسية وكذلك العزلة عن الناس وانتشار السمنة بين الأطفال بسبب نقص الحركة والابتعاد عن الأنشطة الرياضية، فكثير من أولياء الأطفال يرون في اقتناء هذه الألعاب الإلكترونية بعض الفوائد كأن تحد من خروج الطفل خارج المنزل أو كبديل لأخذ أبنائهم في نزهة ميدانية للحدائق أو الغابات نظرا لأنهم مشغولون ولديهم الكثير من الارتباطات.[115]

10-1- العنف في الألعاب الالكترونية:

في بعض الأحيان نتخوف من كثرة العنف الذي نجده في بعض الألعاب الفيديو التي قد تكون مصدرا للقلق النفسي الذي ينتج عن المشاهد المخيفة للقتل والدماء إضافة إلى أشكال الوحوش الخيالية مما يؤدي إلى ظهور عنف حقيقي خارج نطاق اللعبة، وبعد العديد من الحوادث التي أصابت بعض الأطفال والشباب في أمريكا وأوروبا خاصة مجموعة من الأطباء تخوفوا من خطر متابعة صور ومشاهد من ألعاب الفيديو التي تسبب أزمات نفسية حادة، هذه التخوفات أدت إلى فرض بعض أنواع الرقابة على الألعاب والتي من بينها تحديد سن مستعمل بعض الألعاب كما يقام في الأفلام

[113]- وليد الشويكي، مرجع سابق، ص 08 – 09.

[114]- الموقع الإلكتروني: www.Jeu-video.com.

[115]- الموقع الإلكتروني: www.Lakaii.com/kids.

والمسلسلات والأشرطة الوثائقية مثل – يمثل عن أقل من 15 سنة- هذه الحدود أكثر حرصا عندما يكون اللاعب قد يتأثر بأعمال العنف أو أن يتصادف أمام محتوى جنسي أو مخيف أثناء اللعب.[116]

-وللذكر فإن في أمريكا الشمالية ومعظم دول أوروبا فإنه ليست الألعاب هي التي تمنع في حد ذاتها، لكن التحذيرات تنشر وتظهر على أغلفة ألعاب الفيديو، محددة العمر الذي يسمح للشخص أن يباع له، وأيضا محتوى اللعبة الذي يمكن أن يؤثر على اللاعبين الشباب (عنف، جنس...)، هذه التعليمات موجهة للآباء الذين عليهم تحمل مسؤولية الألعاب التي يمارسها أبناؤهم.

-فالطفل بالتأكيد لا يدرك مخاطر وتبعات الألعاب الالكترونية، ولكن تبقى مسؤولية ذلك على الراشدين وخاصة الوالدين، فمن واجبهم أن يزرعوا في أبنائهم حب القراءة والاطلاع على الكتب وممارسة بعض الهوايات داخل المنزل أو خارجه، إضافة إلى ممارسة الأنشطة الرياضية المنظمة، لذا فإن دور الأسرة كبير في توجيه وترشيد وقت فراغ الأبناء بحيث يكون محددا أو متوازنا بما في ذلك الوقت المخصص للألعاب .

-وتظهر بعض أنواع الرقابة في دول أخرى مثل أستراليا، الألعاب الالكترونية الموجهة إلى الجمهور أكثر من 18 سنة ممنوعة قانونية وبهذا فهي لا يتاجر بها في المحلات والأسواق النظامية.

9-2- الدفاع عن ألعاب الفيديو:

معظم الدراسات حول الألعاب الالكترونية أكدت أن تأثيرها يعادل تأثير التلفزيون لا أقل ولا أكثر، وهذا في السلبيات والإيجابيات، فمثلا ظاهرة التشخيص أو التقليد إزاء شخصية ما ممكنة في ألعاب الفيديو وأيضا في الكتب والتلفزيون وحتى في مختلف نشاطات الحياة اليومية.

وأكدت الدراسات أن حالات الإجرام التي لها علاقة بألعاب الفيديو نادرة الحدوث إذ أن ملايين الأشخاص يمارسون هذا الترفيه بدون أية تعقيدات.

---

[116]- الموقع الإلكتروني : www.jeu-video.com .

تبين في طب الأعصاب أنه ليس هناك فرق في مستوى مبدأ عمل الدماغ بين التصرف الإرادي للشخص ورؤية التصرفات الأخرى للأفراد وتقليدها.

وإذا ركزنا حول هذا الاكتشاف للتأكد أن اللعاب الالكترونية ليست خطيرة في حد ذاتها، إلا في حالات الضعف النفسي والأمراض النفسية للأفراد.[117]

بينت الدراسات الحديثة في إنجلترا أن المدمنين على ألعاب الفيديو (5 سنوات على الأقل) لهم رد فعل أحسن ونسبة ذكاء جيدة اتجاه الملاحظة ورد الفعل السريع اتجاه المثيرات، حيث أكد الأطباء العقليين أن ألعاب الفيديو تساعد على تنمية الذكاء وتطوير الشخصية وتساعد على الإدماج في المجتمع إن كانت جيدة الاستعمال بشكل منظم مع وجود نشاطات ترفيه أخرى خاصة المطالعة والرياضة.[118]

- وفي أمريكا، قيادة الجيش الأمريكي لاحظوا أن المجندين الجدد لهم رد فعل أحسن من سابقيهم، وهذا راجع إلى استخدامهم ألعاب الفيديو التي تستعمل فيها العمليات والمناورات العسكرية مع استخدام أسلحة مجانية، والتي أصبحت أكثر محاكاة للواقع والتي تجعل اللاعب يحس في داخله أنه جندي حقيقي وبذلك يكتسب خبرات حقيقية يمكن استخدمها ويستفيد منها أثناء تجنيده.[119]

---

[117]- الموقع الإلكتروني : www.lakaii.com/kids .

[118]- - الموقع الإلكتروني : www.el-khaima.com .

[119]- وليد الشويكي، مرجع سابق، ص 12 .

خلاصة:

إن الاستعمال المفرط للألعاب الالكترونية يمكن أن يسبب ظاهرة التعب الحاد، وآلام الرأس وآلام المعدة ...، بالإضافة إلى الأزمات والعقد النفسية الحادة .

هذا ما دفع كثير من الدول بإضافة تعليمة في داخل الألعاب أو على أغلفتها توضح مدى تأثير محتوى اللعبة على المرضى النفسيين أو صغار السن غير الراشدين .

ولكن الدراسات أثبتت أن الاستخدام العقلاني للألعاب الالكترونية مع التوفيق بينهما وبين النشاطات الترفيهية الأخرى خاصة المطالعة والنشاطات الرياضية يساعد على تحسين مستوى الذكاء وسرعة رد الفعل إضافة إلى اكتساب نوع من الخبرة النظرية حول بعض النشاطات كالمجال العسكري لهذا وجب المشرفين على الأطفال والمراهقين خاصة الأولياء العمل على هذا التوفيق ومراقبة استعمال أبنائهم للألعاب الالكترونية وتشجيعهم وتقديم الظروف المناسبة لذلك، إضافة إلى دعم الدولة من حيث إنشاء وترميم المركبات الرياضية ومتابعة الرقابة والتنظيم فيها لتشجيع الأفراد على ممارسة الرياضة والمداومة عليها .

الفصل الثالث: المراهقة

تمهيد

- مفهوم المراهقة
- تعريف المراهقة
- علاقات المراهق
- علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية الرياضية
- خصائص المراهقة
- مشاكل المراهقة
- المتطلبات الأساسية للمراهقة
- تأثير السلوك الرياضي على شخصية المراهق
- إرشادات للقائمين على تربية المراهقين
- خلاصة

تمهيد:

يعتبر النمو خاصية لدى كل الكائنات الحية وهو عبارة عن تغيرات متجهة نحو تحقيق غرض ضمني هو النضج والكبر فهو سلسلة متتابعة من التغيرات التي تهدف إلى غاية واحدة وهي اكتمال النضج والذي يظهر في كل مرحلـة من مراحل العمر المختلفة.

وفي هذا الفصل نتطرق إلى مرحلة هامة وجد حساسة في حيـاة الإنسـان وهي مرحلة المراهقة ونتناول فيها النمو الخارجي للمراهق كالجسم، الشكل، الوزن والنمو الداخلي ونعني بها نمو الوظائف الجسمية، العقلية وكذا النفسية التي تساير تطور حياة المراهق واتساع نطاق بيئته.

وباعتبار المراهقة ليست ظاهرة محدودة ومحصورة في مجتمعات معينـة دون غيرها بل أضحت تساير الحياة العامة مشـكلة فعليـة تواجههـا كـل المجتمعات بتفاوت خطورتها وعاداتها ودرجة فهمها واستيعابها فهذه المرحلة أصبحت محل دراسة العلماء والمفكرين باختلاف أنماط علمهم فعلماء الـنفس يعتبرونها بمثابة ميلاد جديد للفرد وعلماء الاجتماع والسلوكيون يرونها بداية تفتح الفرد مع بيئته والمحيط الخارجي.

1- مفهوم المراهقة :

المراهقة فيما اتفق معظم العلماء أنها بوابة الرشد ونهاية فترة الطفولة وفيها يكتمل النمو الجسمي، العقلي والاجتماعي وتبدأ بصفة عامة في سن 12 سنة وتمتد في أغلب الأحيان إلى 18 سنة وفي أحيان أخرى إلى 22 سنة .

وتعتبر هذه المرحلة مرحلة التغييرات العميقة في حياة الفرد بـدءا بـالنمو الجسمي والتقلب الشديد الانفعالات والتغيـرات العضـوية الأخيـرة تسـبب الظواهر الخاصة بالمراهقة كما تتميز بظهور المشاكل فـي جميـع أوجـه التكوين النفسي وإذا كانت هذه المشاكل تعود لأسباب عضوية فـإن بعضـها الآخر يكون نتيجة إهمال تربوي أو اضطراب في الرعاية أو عدم الاهتمـام بهذه المرحلة،ولهذا يجب على المربين والأولياء مراعاة ما يلي :

العمل على نشوء الثقافة الصحية بين المـراهقين وتحديـد برنـامج رعايـة صحتهم وذلك بواسطة التربية الخلقية وتدريبهم على استخدام الأسلوب العلمي في التفكير وتنمية القدرة على التجديد والاجتهاد والابتكار كما يجـب علـيهم إقامة علاقة مستمرة مع جميع أفراد المجتمع وكذا يجب وقايتهم من الانحراف والتسيب.[120]

2- تعريف المراهقة :

المراهقة مرحلة حساسة يعيشها المراهق وهي مرحلة انتقالية بين الطفولة وسن الرشد غير أن هذه المرحلة ليست بهذه البساطة من التعريف فمنـذ أن حظيت باهتمام السيكولوجيين أخذت التعاريف تتوسـع حسـب المجـالات والجوانب التي تحيط بها .

120- مصطفى رزيق، خفايا المراهقة، دار النهضة العربية، دمشق، 1960، ص 09 .

أصل الكلمة من فعل راهق بمعنى تدرج نحو النضج بدراسة التغيرات التـي تطرأ على الفتى من الناحية البدنية والجنسية والعقلية والاجتماعية وهي التي تنقل المرء من مرحلة الطفولة إلى فترة الشباب فهي إذن جسر يعبـر عليـه المرء من طفولته إلى رجولته .[121]

ويرى توفيق الحداد المراهقة بأنها الاقتراب والدنو من الحلم، والمراهق هو الطفل الذي يدنو من الحلم واكتمال الرشد، والتدرج نحو النضـج الجنسـي، العقلي والانفعالي .[122]

وقد عرفت أيضا نواحيها المختلفة إذ ورد أن المراهقة متعددة،فهي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة .[123]

كما درست من ناحية السن فهي مرحلة انتقال من الطفولة إلى سن الرشـد وتمتد من سن 12 سنة أو قبل ذلك بعام أو عامين أي أن من السـهل تحديـد بداية المراهق ة لكن من الصعب تحديد نهايتها .[124]

ومن ناحية التصرفات هي الفترة الممتدة مـن العمـر التـي تتميـز فيهـا التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة[125] وهذا التعريف هو الذي ذهب إليه **مصطفى غالب الزيدان** المراهقـة جسـر انتقال من الطفولة إلى الشباب وهي مرحلة حرجة جد مشحونة بالمصـاعب

---

[121]- مصطفى رزيق، نفس المرجع، ص 10 .

[122]- توفيق الحداد، علم النفس الطفل، ط1، بدون سنة، ص 104 .

[123]- ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلة الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، ط1، بيروت، 1991، ص 225 .

[124]- حامد عبد السلام زهران، علم الطفولة والمراهقة، دار عالم الكتابة، القاهرة، 1977، ص 279 .

[125]- محمد علي، سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، الكويت، 1970 .ص 25 .

والأزمات التي ترافق عملية تأكيد الذات في عالم الآخرين خلافا للطفولة التي تتسم بأنها مرحلة خضوعية وتقبلية[126].

من خلال التعاريف السابقة نستطيع تحديد تعريف عام للمراهقة لكونها مرحلة أساسية من حياة الفرد وفترة حاسمة في تكوين شخصيته، حيث تتسم بتغيرات فيزيولوجية، انفعالية وعقلية وهذه التغيرات هي التي تحدد ميولات المراهـق على مواقفه الحياتية في المحيط الخارجي.

3- علاقات المراهق :

3-1- علاقة المراهق بالأسرة :

للروابط العائلية أهمية خاصة في تنشئة المراهـق وتنميتـه فعلاقـة الوالدين فيما بينهما والاتفاق بينهما وخلق جو هادئ ينشأ فيه الفرد نشأة متزنة يترتب عليها تمتع الأبناء بالثقة بالنفس أما إذا حدث العكس سواء بالطلاق أو الهجر ينشأ في الأولاد مشكلات أو التهديد، كل هذا له أثر في قدرة الطالـب على التركيز والاستيعاب خاصة أن بداية مرحلة المراهقة تميزها الميـولات الأودبية فتعامل الأسرة مع هذا المشكل بإيجابية يسـاعدهم علـى اسـتخدام استقلاليتهم استخداما ايجابيا وبناءا .

3-2- علاقة المراهق بالثانوية:

إذا كان المنزل يعتبر المكان الأول الذي يعمل على تكـوين شخصـية المراهق وتوجيهه وجهة سليمة ومتكاملة فإن المدرسة المكان وهي الوحـدة الاجتماعية التي تقوم بدور هام في تنميـة شخصـيته لمعطيـات المجتمـع الخارجي الذي يواكبه، وحجر الأساس أو الطرف الفعال في هذه العملية هو الأستاذ الذي يجب عليه تحقيق التوافق الاجتماعي والانفعالي للتلاميذ .

126- فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995، ص 217 .

تعتبر الثانوية من أدق المراحل التعليمية، لذلك فهي تتطلب أساتذة أكفاء ومؤهلين ويكونوا على دراية كاملة لأسرار المراهقة ومشاكلها كما يجب على الهيئات التربوية توعية المراهقين في ما يخص الاهتمام بالجسم وصحته وكذلك تحقيق الإشباع الانفعالي عن طريق النشاطات الرياضية والاستغلال الايجابي لأوقات الفراغ.[127]

3-3- علاقة المراهقة بالتربية البدنية :

إن ممارسة التربية البدنية تؤدي إلى تغيرات فيزيولوجية ونفسية بحيث تؤثر نوعا ما في التداوي الفكري والبدني كما تزيدهم المهارات والخبرات الحركية نشاطا ملموسا وأكثر رغبة في الحياة .

كما أن التربية البدنية والرياضية تشتمل على صقل المواهب وتحسين القدرات الفكرية وممارستها بصفة دائمة ومنظمة تؤدي إلى ابتعاد التلاميذ عن الكسل وتنهي الإحساس بالملل والضجر.[128]

4-3- العلاقة النفسية بين المراهق والأستاذ :

إن علاقة الأستاذ بالتلميذ تلعب دورا هاما وأساسيا في بناء شخصية المراهق لدرجة انه يمكننا اعتبارها المفتاح الموصل إلى النجاح التعليمي أو فشله إذ يعتبر التلميذ مرآة تعكس حالة الأستاذ المزاجية والانفعالية واستعداداته لأداء عمله، فهو إن أظهر روح التفتح للحياة، إذن فالعلاقة التي تربط الأستاذ بالتلميذ ليست سهلة وبالأمر الهين كما يتصوره البعض، فنجاح أو فشل هذه العلاقة مرتبط ارتباطا وثيقا بمجموعة من العوامل المعقدة كعلاقة التلميذ بوالديه فإن كان الاحترام تكون كذلك مع الأستاذ وإن كان العكس حدث كذلك مع الأستاذ .

---

[127]- عامر فخري، سيكولوجية النمو والمراهقة، مطبعة المعرفة، القاهرة، 1986، ص 187 .

[128]- طيب بومعراف، مذكرة ليسانس، معهد الرياضة، الجزائر، 1993، ص 33 .

كما يجب على الأستاذ التعامل بحياد ولطف مع التلميذ كون هـذه المرحلـة يشعر التلميذ بمتطلبات نفسية ورفض التقيد حيث يبدأ في الرغبة في إثبـات الذات عن طريق المعارضة من أجل المعارضة ويتعرف على نوع التعامـل مع الغير واكتشاف بعض المفاهيم الخاصة بالعلاقات الإنسانية .

وعليه يجب لفت انتباه الأستاذ إلى التركيز إلى الانعكاسات النفسـية وعلـى التطبيقات التربوية، كما لا يجب إهمـال تصـرفات الأسـاتذة وسـلوكاتهم وأخلاقهم لما لذلك من انعكاسات على شخصية التلميذ .[129]

4- علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية والرياضية :

يتعرض المراهق في مرحلة الثانوية إلى عـدة اضـطرابات نفسـية ومشكلات سلوكية التي تؤثر على نموه النفسي والعقلي، لذا يستوجب علـى أستاذ التربية البدنية والرياضية التطرق إلى ذكر ومعرفة كل ما يحدث للتلميذ من تغيرات سواء كانت فيزيولوجية أو سيكولوجية وذلك لكي تـتمكن مـن معرفة متطلبات المراهق الأساسية وكيفية التعامل معها حتـى يكـون الجـو السائد بينهم وبين التلميذ جوا ايجابيا وبالتالي يستطيع أداء واجبـه التربـوي على أحسن وجه وهذا كله يأتي إن كان الأستاذ قادرا على إيصـال الفكـرة وبالتالي يكسب ثقة التلاميذ ويصبح بمعنى الكلمة مصدر عطاء .

ونظرا لما لهذه العلاقة من دور مهم وأساسي في بناء شخصية المراهـق، فوجب على الأستاذ في تعامله مع التلاميذ المزج بين الحرية والسيطرة أحيانا وهذا لتفادي لأي انزلاق يمس هذه العلاقة وهذا كله في حدود القيم الأخلاقية للمجتمع الذي يعيشون فيه .[130]

وخلاصة القول أن أفضل علاقة هي التي تقوي الصلة بين الأستاذ والتلميـذ والتي تخلوا من كل أنواع الحقد والكراهية، تغمرها المحبة والتعاون، فهـي

[129]- عبد الرحمان العيساوي، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية، مصر، 1995، ص 26 .

[130]- عامر فخري، مرجع سابق، ص 192 .

تسهل من مهمة الأستاذ في أداء واجبه وإبلاغ الرسالة المهنية في جو مناسب والعنصر الأساسي في هذه العلاقة هو قدرة وتمكن الأستاذ من مادته من جميع النواحي وخاصة في التربية البدنية والرياضية الذي يكون فيها للتكوين النفسي الحظ الكبير والآخر على التكوين البدني .[131]

5- خصائص المراهقة :

5-1- الخصائص الاجتماعية :

المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يحتم عليه قوانين وتقاليد يجب عليه احترامها وهو لا يريد التقيد بها لأنها تحد من حريته وبالتالي التمرد عليها فينشأ صراع بينه وبين المجتمع الذي يعيش فيه :

- الميل إلى الجنس الآخر، ويؤثر هذا الميل على نمط السلوك ونشاطه ويحاول جذب انتباه الجنس الآخر بطرق مختلفة .
- الثقة وتأكيد الذات ويخفف من سيطرة الأسرة ويؤكد شخصيته ويشعر بمكانته .
- الخضوع لجماعة النظائر حيث يخضع لأساليب جماعة أقرانه ونظمهم ويتحول من ولائه الجماعي من الأسرة إلى النظائر .
- يدرك العلاقات بينه وبين الأفراد الآخرين فيلمس بحريته أثار تفاعله مع الناس فينفر بحريته إلى السلوك الذي يلائمه بين الناس وبين نفسه .
- اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي : تتسع دائرة نشاطه ومخاطر حياته الاجتماعية ويتضح فيما يلي :

- **التمرد :** حيث يتحرر من سيطرة الأسرة ليشعرها بفرديته ونضجه واستقلاليه ويعصي ويتمرد ويتحدى السلطة القائمة في أسرته .

---

[131]- عامر فخري، نفس المرجع، ص 192 .

- **السخرية :** يميل المراهق أحيانا إلى السخرية من الحياة الواقعية التـي يعيشها لأنه لا يؤمن بالمثل العليا التي لا علاقة لها بواقعه، ولكن بالاقتراب من الرشد، فإنه يقترب أيضا من الواقع الذي يحيط به .
- **التعصب :** إن تعصب المراهق لأراء أقرانه يزداد بين 12-16 سـنة كما يبدو تعصبه في السلوكات العدوانية كالنقد اللاذع والألفاظ الغير لائقة.
- **المنافسة :** يميل المراهق في بعض الأحيان إلى منافسة جماعة أقرانه في نشاطاتهم المختلفة الأبعاد ويعتبر ذلك وسيلة لتأكيد مكانته. [132]

5-2- الخصائص الانفعالية :

إن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعـالات الطفـل وكذلك الشباب بحيث تمتاز الفترة الأولى من المراهقة بأنها فتـرة انفعـالات عنيفة إذ نجد المراهق في هذه السنوات يثور لأتفه الأسباب شأنه فـي ذلـك شأن الأطفال الصغار، وترجع هذه الظاهرة إلى نمو الجسم السريع والتغيرات المفاجئة التي تصعب البلوغ .[133]

كل هذه العوامل المتشابكة والمعقدة تؤدي إلى مـا يعانيـه المراهـق مـن الحساسية الشديدة وصراع نفسي حاد وأحيانا مظاهر يأس وكآبة وقد يفر مما يقاسيه إلى أحلام اليقظة التي تأخذ معظم أوقات يومه وهذا ما نوضحه فيمـا يلي:

- **حساسية شديدة :** يتأثر المراهق سريعا لأتفـه الأسـباب والتـأثيرات الانفعالية فهو مرهف وهو رقيق الشعور تسيل مدامعه، ويكون منطويا على نفسه وكذلك منعزلا على الآخرين ويتأثر حين ينتقده الناس ولو كـان النقـد هادفا وصحيحا ثم إنه شديد الحساسية (لأي اختلال فـي الهرمونـات التـي

---

[132]- ميخائيل إبراهيم أسعد، مرجع سابق، ص 191 .
[133]- ميخائيل إبراهيم أسعد، مرجع سابق، ص 193 .

تفرزها غدد جسمه)، لما يسمع مواعظ خلقية أو قصص تاريخية أو بطولية، وترجع هذه الحساسية إلى اختلال في الهرمونات التي تفرزها غدد جسـمه وإلى النمو السريع كما سبق ذكره، ثم إلى قدرة المراهق على التكيـف مـع البيئة المعقدة بينما هو لا يزال عاجزا عن التحكم الكامل في جسمه وتغيراته ويجب على الآباء والأساتذة أن يراعوا هذه الحساسية وأن يكونوا أصـدقاء مخلصين .[134]

- صراع نفسي : الصراع الانفعالي في المراهقة ينشأ في نفسية المراهق بين مجموعة دوافع قوية جارفة ترتكز حول البحث لنفسه عن مركزه ودوره في هذا المجتمع، وبين مواقع العالم الخارجي وتقاليده وعاداته ...

ويبدوا أن هذا الصراع يبلغ حده الأقصى في أوائل فترة المراهقة ويؤثر فـي جميع سلوك المراهق، كونه ينتقل من حالة لأخرى .

- مظاهر يأس وقنوط وكآبة : يتعرض بعض المراهقين لحالات من يأس والحزن والقنوط نتيجة لما يتعرضون له من فشل وإحباط بسـبب أمـانيهم العريضة وعجزهم عن تحقيقها، ويدفعهم ذلك إلى العزلة والانطـواء علـى الذات وقد يشتد اليأس ويسوقهم إلى التفكير عن التخلص من الحياة وأعباءها وهنا تظهر حوادث الانتحار حيث يقدر بعض المراهقين بدون أمل نتيجة لما يعيشونه من ضياع واغتراب .

- الرغبة في مقاومة السلطة : يعتقد المراهق أن النـاس لا يفهمـون أي شيء رغم أنه شابا وأن والداه يريدان فرض السلطة عليه تـدخلا كأنـه لا يزال طفلا وأنهما من جيل قديم لا يفهم شيئا وقد يرى رغبتهما في المساعدة تدخلا نصيحتهما تسلطا وإهانة فيلجأ إلى إثبات شخصيته المخالفة في بعض الأحيان قد يرفض النظام المدرسي لأنه يرى قيودا عليه .

---

[134]- عاقل فاخر، مشكلات المراهقة، دار الفكر العربي، ط3، مصر ، 1994، 95 .

- كثرة أحلام اليقظة : يجد المراهق في أحلام اليقظـة إشـباعا لأمانـه ومتنفسا لرغبته التي لم يتمكن من تحقيقها في الواقع بسبب قيود المجتمـع فيحلم في نجاح دراسي متفوق ورجولة كاملة قوية أو ثروة طائلة أو مركـز مرموق أو أسرة سعيدة، وأولاد نجباء ويصل به الخيال إلى أن يحلم بمـوت أحد الذين يحالون بينه وبين ما يريد تحقيقه، وفـوق ذلـك يخاطـب نفسـه ويحاورها حوار صامتا أحيانا وعنيفا أحيانا أخرى بسبب أعمال قام بها .

5-3- الخصائص العقلية :

من الناحية العقلية فهو لا ينمو بسرعة واحدة في جميع الأعمار، فقـد أثبتت الأبحاث أن هذا النمو يكون طبيا في الصغر ويلي ذلك فترة نمو عقلي سريع وذلك خلال فترة الطفولة المتأخرة حتى فترة المراهقة المبكرة ثم يأخذ النمو العقلي ابتداء من عام السادس عشر في البطء، إن هذا الارتفاع في عالم الطفولة وخاصة في مرحلة المراهقة يؤثر بدوره على خبرات الطفل وعلـى قدراته العقلية المختلفة كالانتباه والتذكير والتفكير والاستدلال والتخيل .

- **القدرة على الانتباه :** تزداد القدرة على الانتباه الإرادي فـي مرحلـة المراهقة فيصبح باستطاعته استيعاب مشاكل طويلة ومعقدة بيسر وسـهولة . إن التلميذ الثانوي يصبح قادرا على الاستمرار في الواحد لمدة أطـول كمـا يمكن أن يفكر باستمرار في موضوع واحد معقد دون ملل أربـع سـاعات كاملة كما في الامتحانات العادية .
- **التذكر :** فالتذكر يقتصر على القدرة على استطاع العلاقات الجديدة بين الموضوعات المتذكرة ولذلك لا يتذكر الموضوع جيدا إلا إذا فهمـه تمامـا وربطه بغيره، ووضعه في الكل المنظم الذي تتبلور فيه خبراته .
- **التفكير والاستدلال :** يقول "**جيتـيس**" "**Jitus** " أنه كلما كـان الطفـل صغير السن ازداد تركز تفكيره العادي حول الحـوادث العاديـة المتصـلة

بخبراته الشخصية المباشرة وأموره الذاتية، فإذا ما تقدم به العمر أصـبح إذا أكثر قدرة على أن يشغل نفسه بأمر مباشر وأن يعالج أموره المعنوية التـي تختلف عن المشكلات المحسوسة ويمكن ملاحظة هذه التغيرات فيما يتصـل بزيادة المعاني المرتبطة بمختلف ألفاظ اللغة التي يستعملها وفيها يظهر أهم اهتماماته بالأمور الاجتماعية ومن القدرة على معالجتها، وفي قدرته علـى إدراك ما يقع في العالم الواسع من حوادث ماضية ومستقبلية .[135]

- **القدرة على التخيل :** المراهق في هذه المرحلة يكون واسع الخيال وذا خصوبة كبيرة يبدو ذلك في مواضيع التعبير التي يكتبها والتي تظهر ميلـه إلى التزيين والزخرفة وحبه للطبيعة كما ينمو لديه التخيل المجـرد والـذي يعتمد على الصورة اللفظية ويمكنه هذا التخيل من التفكير العلمي ويتجه هذا التخيل أحيانا إلى أحلام اليقظة التي لها آثارها الايجابية والسلبية فـي نفـس الوقت فمن ناحية هي وسيلة مفيدة للتنفيس عن الخيبة التي تولـدها صـعاب الحياة، وتثير همة المراهق لتحقيق ما يفكر فيه عالم الخيال وينمي الاتجـاه إلى الابتكار ولكنها من ناحية أخرى مضيعة لوقت المراهق ومعرقلة لنمـو ميوله ونشاطه وجهوده من أجل تحقيق نجاح واقعي .[136]

5-4- الخصائص النفسية :

أبرز مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقـة رغبـة المراهـق فـي الاستقلال عن الأسرة وميله نحو الاعتماد على الـنفس، فنتيجـة للتغيـرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلا قاصرا، كما لا يجب أن يحاسب على كل كبيرة وصغيرة، أو أن يخضع سلوكه لرقابة شديدة مـن طرف الأسرة أو وصايتها، فهو لا يجب أن يعامل كالطفل ولكنه من الناحيـة

---

(135) - عبد الرحمان العيساوي، مرجع سابق، ص. 40 – 41.
(136) - عبد الرحمان العيساوي، نفس المرجع، ص. 42.

الأخرى ما يزال يعتمد على الأسرة في قضاء حاجاته الاقتصادية وفي توفير الأمن والطمأنينة ل.

5-5- الخصائص الجسمية :

تمتاز مرحلة المراهقة بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضـج، حيـث يزداد الطول والوزن وتنمو العضلات والأطراف، ولا يتخـذ النمـو معـدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤدي سرعة النمو هذه إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة،ويؤدي ذلك إلى اضطراب سلوك الحركة كذلك يلاحظ زيادة إفرازات الغدد وضعف بعضها الآخر .[137]

6- مشاكل المراهقة :

إن مشكلات المراهقة من المشكلات الرئيسية التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة كعدم التوافق مع البيئة وانحرافات الأحداث من اعتداء والسرقة والهروب، فاليوم المراهق أصبح يواجه المجتمع كله بنفسه بما فيها المدرسة والهيئات الاجتماعية بصفة عامة، وكل المنظمات التي لها علاقة بـالأولاد، فكلها مسؤولة عن حالات القلق والاضطرابات في حياة هؤلاء فـي الوقـت الحالي ومن بين هذه المشاكل نذكر منها .

6-1- المشاكل النفسية :

من المعروف أن طبيعة المراهق في هذه المرحلة التطلع نحو التحـرر والاستقلال بشتى الطرق والوسائل والأساليب، فهو لا يخضع لقيـود البيئـة وتعاليمها وأحكام المجتمع والقيمة الخلقية والاجتماعية، وعنـدما يشـعر أن المحيط الخارجي له يتصارع مع متطلباته يسعى وبدون قصد أن يؤكد نفسه، بثورته وعناده وتمرده، فإن كان المجتمع المكون مـن الأسـرة والمدرسـة والأصدقاء لا يفهمون أو يتفهمون أعماله ومواهبه، ولا يعاملوه كفرد مسـتقل

([137])- عبد الرحمان العيساوي، مرجع سابق، ص 46 .

ولا تتبع فيه حاجات الأساسية، يجب أن يحس بذاته وأن يعترف الكل بقدرته وقيمته.

6-2- المشاكل الانفعالية :

إن العمل الانفعالي في حياة المراهق يبدوا واضحا في عنـف انفعاليتـه وحدتها وانفعالها واندفاعها، وهذا الاندفاع الانفعالي أساسي، بل يرجع ذلـك للتغيرات الجسمية، فإحساس المراهق بنمو جسمه وشعوره بجسمه لا يختلف عن أجسام الرجال وصوته قد أصبح خشنا، فيشعر بالفخر والاعتـزاز كـذا يشعر في الوقت نفسه بالحياء والخجل، كما يتجلى بوضوح خوف المراهـق من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها والتي تتطلب منه أن يكون رجلا في سلوكه وتصرفاته .

6-3- المشاكل الاجتماعية :

إن مشاكل المراهق تنشأ من الاحتياجات السيكولوجية الأساسـية مثـل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع، الإحساس بأن الفرد مرغوب فيه، ولهذا فسوف نتناول كل من الأسرة والمجتمع والمدرسة كمصدر السلطة على المراهق .[138]

6-4- المشاكل الصحية :

إن المتاعب المرضية التي يتعرض لها الشباب من المراهقة هي السمنة إذ يصاب المراهقون بسمنة بسيطة مؤقتة ولكن إذا كانت كبيرة فيجـب أخـذ حمية معينة واستشارة طبيب مختص، فقد تكون ورائها اضـطرابات شـديدة بالغدد كما يجب عرض المراهقين على انفراد على الطبيب للاسـتماع إلـى متاعبهم وهو في حد ذاته جوهر العلاج لأن لدى المراهقين إحساس فائق بأن أهله لا يفهمون شيئا.

[138]- محمد أحمد محمود الزاهري، المشاكل الصحية ،بدون طبعة، دار النشر للملايين ، بيروت، 2000، ص 73 .

6-5- المشاكل الجنسية :

وفيها يصطدم المراهق بالتحولات الجسدية المميزة للبلوغ خاصة إذا لم تهيئه المسيرة التربوية لمجابهة وقبول هذه التحولات فهو في حيرة وتساؤلات واغتراب أحيانا أمام قضية التحولات الجسدية التي تحدث بصفة غير متناسقة أحيانا، إذ يجابه المراهق مسائل متعددة أثناء فترة المراهقـة تتعلـق أغلبهـا بجسده وبتصوره لهذا الجسد ومنها مسألة القبول أو الرفض لهـذه الصـورة الجديدة أي بعد تغيرات مرحلة البلوغ وفيها :

- مسألة المفهوم النفسي ثم المفهوم الاجتماعي لهذه التغيرات .
- مسألة إدماج هذه الصورة الجديدة للجسد ومفاهيمهـا ضـمن شخصـيته وأسلوبه العلائقي .
- مسألة الطابع الجنسي لشخصيته وإرادته لقبول أو رفض هذا الطابع .
- مسألة العلاقة مع الآخرين خاصة على الصعيد الجنسي إذ على المراهق أن يقبل ذاته ضمن جسده كما هو في شكله وهيكلته بما عليها مـن نقـائص محتملة كما عليه أن يقبل وأن يرضى عن ذاتيته الجنسية ذكرا كان أم أنثى .
- بالنسبة للأنثى والظاهرة الجديدة على الجسد ومسألة قبول أو رفض ذلـك ومن العلاقة مع الجنس الآخر.[139]

7- المتطلبات الأساسية للمراهقة :

إن التغيير الكبير الذي يعرفه المراهق والتحول فـي جميـع مظـاهر الشخصية تجعله يبحث في الشخص الذي يجعله قدوة له في الحيـاة، وهـذا بالاحتكاك به واكتساب الصفات الحميدة منه لكـي يسـاعده علـى اجتيـاز المصاعب والعراقيل التي تقف في حياته ومن هنا يبدأ المراهق بالتأثر بهـذا الشخص وهذا سواء بالصفات الحميدة أو القبيحة وهنا تظهر شخصية الأستاذ

[139]- محمد أحمد محمود الزاهري، مرجع سابق، ص 74 – 75 .

عامة وأستاذ التربية البدنية والرياضية بالأخص لأنه الفرد الوحيـد الأكثـر قرابة واحتكاكا من التلميذ المراهق وبتعبير آخر فإن الشعور بالرغبـة مـن تأكيد الذات من طرف المراهق يدفع به إلى الصراع من اجل فرض مكانـة له في المجتمع وهنا تظهر واجبات ورغبات يسعى دوما المراهق إلى تحقيقها ولو كانت تتعارض مع طبيعة وتوجيهات المجتمع والأسرة ومنها :

7-1- الحاجات الاقتصادية :

إن تأثير المراهق يكون كبيرا بشخصيات مشهورة سواء مـن حيـث المظهر الخارجي أو حتى طرق وعادات الشخصية المشـهورة وهنـا نجـد المراهق يقلد المتأثر به كحلاقة الشعر أو نـوع اللبـاس وطريقـة الكـلام والمعاملة وهنا يكون بحاجة ماسة للمال لشراء نوع من سروال الجينز ممـا يتعارض مع حال الأسرة خاصة ذات الدخل المحدود فتظهر للمراهق النزعة العدوانية اتجاه الأسرة كالنفور وإثارة المشاكل .

7-2- الحاجات النفسية :

هي الحاجات التي تحقق التوازن النفسي سواء لذاتيته أو خلال تواجده فـي الأسرة والمحيط الخارجي منها :

- الحاجة إلى الاستقرار والأمن والاطمئنان .
- الحاجة إلى توفير الراحة والسرور والتخاص من الألم .
- الحاجة إلى إشباع الرغبات والميول والتوافق لدى المراهق . [140]

7-3- الحاجات الاجتماعية :

وهي التي تتعلق بالبيئة الاجتماعية التي ينموا فيها :

[140]- عاقل فاخر، مرجع سابق، ص 128 .

7-3-1- الحاجة إلى الاستقلالية : تتميز المراهقة دائما إلى التخلص من قيود المجتمع فالمراهق يبحث عن كيفية التخلص من قيود الأسرة وأن يجد الحرية التامة في اتخاذ القرارات فهو يرغب دائما بمسؤولية اتخاذ القرار ودون تحمل المسؤولية وعواقب القرار المتخذ، فعلى الوالدين هنا أن يشعراه بأن لديه كفاءة وهو موضوع ثقة وأنهما أشعراه بالعطف والحنان والضمان، وهكذا يكتسب اتجاهات تتمثل في اللطف ويشعر معها بأنه مرغوب فيه ولو بأخطائه مما يجعله قادرا على تخطي الصعوبات بنفسه، بالإضافة إلى الحاجات الاجتماعية فالمراهق بحاجة دائما إلى الاستقرار الأسري والابتعاد عن عوامل التفكك، كالطلاق والشجارات كما يحتاج إلى الانتماء إلى الجماعة إذ مع تعامله داخل الجماعة يدرك قيمته وشخصيته، ويكسب مهارات يتعلمها في الجو الأسري، وهنا ربما يوفر الأستاذ حاجة من الحاجات اللازمة للفرد المراهق التي تتمثل في بث روح المبادرة وتشجيعه على تحمل المسؤولية في بعض المواقف وعدم الاستهانة بالقدرات التي يمتلكها.

7-3-2- الأسرة كمصدر للسلطة :

إن المراهق في هذه المرحلة من العمر يميل إلى الاستقلال والحرية والتحرر من عالم الأطفال وعندما تتدخل الأسرة في شأنه فإنه يعتبر هذا الموقف تصغيرا من شأنه وقيمته واحتقارا لقدراته كما أنه لا يريد أن يعامل معاملة الأطفال الصغار لذلك نجد ميل المراهق النقد ومناقشة كل من يعرض عليه رأي أو فكرة، ولم يعد يتقبل كل ما يقال له، بل تصبح مواقف وآراء يتعصب إليها أحيانا لدرجة العناد، إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والنزاعات الموجودة بينه وأمثاله أو تمرده وعدم استسلامه .

7-3-3- المدرسة كمصدر للسلطة: إن المدرسة هي المؤسسة التي يقضي فيها المراهق معظم أوقاته، وسلطة المدرسة تتعرض لثورة المراهق، فالتلميذ

يحاول أن يتخطاها ويتمرد عليها بحكم طبيعة هذه المرحلة من العمر، بل إنه يرى أن سلطة المدرسة أشد من سلطة الأسرة، ولهذا فهو يأخذ مظهرا سـلبيا للتعبير عن ثورته كاصطناع الغرور بالدرس أو الدراسة أو المدرسين بوجه خاص لدرجة تصل إلى العدوان وعدم الاكتراث .[141]

7-3-4- المجتمع كمصدر سلطة : إن الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة يميل إلى الحياة الاجتماعية والعزلة فالبعض منـه يمكنـه أن يعقـد علاقات اجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنه من اكتساب صحبة العديد من الأشخاص، والبعض الآخر يميلون إلى العزلة والابتعاد عن الفرد لكي يحقق النجاح الاجتماعي، وينهض بعلاقته الاجتماعيـة لا بـد أن يكون محبوبا لدى الآخرين وأن يكون له أصدقاء.

إن المراهق قد يوجه انتقاداته نحو المجتمع ونحو العادات والتقاليـد والقـيم الخلقية والدينية السائدة والعيوب الموجودة فيه، ويكون المراهق كفرد بانتمائه للمجتمع، وتفاعله معه يؤكد رغبته في التعبير عن ذاته وشخصيته، ويحقـق استقلاله وفرديته، وإننا نلاحظ مقاومة وتمرد من المراهق إذا ما أعيقت هـذه الرغبات من المدرسة أو من المجتمع.

7-3-5- الحاجة إلى المكانة وإثبات الذات: فالمراهق يريد أن يكون شخصا مهما وأن تكون له كلمته في جماعته وأن يعترف بـه كشـخص ذو قيمـة، فالمكانة التي يطلبها المراهق بين رفاقه أهم لديه مـن مكانتـه لـدى أبويـه ومعلمه، ومن هنا كانت أهمية فرص الأستاذ على أن تكون فعالية المراهقين مما يوفر لهم المكانة فالمراهق حساس وحريص على أن لا يعامـل معاملـة الأطفال، فالأستاذ إذا ما أراد كسب ود المراهق عليـه أن يحسـن معاملتـه كالراشد لا كالطفل .

---

[141]- أنور الجرابة، محاضرات في الثقافة النفسية، دار الهدى، المجلد السادس، 1994، ص 124 – 125 .

7-3-6- الحاجة إلى الحب والتقدير الاجتماعي:

إن حاجة الحب للمراهق تختلف على الصورة التي كانت في مرحلة الطفولة وتتخذ في ثلاثة مظاهر:

- أريد أن يحبني الآخرين.
- أريد أن أحب الآخرين حبا عميقا صحيحا .
- أريد أن أحب نفسي .

فالحب في المراهقة يعتبر شيئا أساسيا لصحة المراهق النفسية فهي السـبيل إلى أن يشعر بالتقدير والتقبل الاجتماعي ولكي يكون إحساسه بهذا الشـعور صحيحا فيجب أن يُعترف له بهذا الحب وأن يظهر له سواء مع الأسـرة أو أقرانه، فالحب يجب أن يترجم إلى أعمال وعبـارات يتأكـد المراهـق أنـه موضوع تقدير، فالطفل –قبل مرحلة المراهقة- أول مـا يهـتم بـه والديـه المهتمون به في داخل نطاق الأسرة .[142]

وذلك أن عالم الطفولة يكون محدودا في هذا النطاق الأسري، ولكن الطفـل عندما ينمو أو يكبر ويدخل في مرحلة المراهق تنشأ لديه حاجة الاسـتقلال بنفسه وسط حب الأسرة .

8-تأثير السلوك الرياضي على شخصية المراهق :

بعض علماء النفس الرياضي يرون أن ممارسة الرياضة تـؤدي إلـى خفض السلوك العدواني، باعتبار أنها وسيلة لتنفيس الطاقة، وممارسة النشاط البدني يساعد على التخلص من بعض الأمراض النفسية كالاكتئاب والحد من العزلة، وأن تطوير اللياقة البدنية يؤثر في تحسين مفهوم وتقدير الذات لدى الفرد .

[142]- أنور الجرابة، مرجع سابق، ص 126 .

- الصلات الوثيقة التي تتم من خلال أوجه التنمية البدنية هي صفات أخرى للنوع الإنساني التي يمكن أن تنمو خلال هذا الوسط، وهي صفات توجد فـي العقل والروح والمشاعر التي تشكل الفرد ككل، ذلك لأن اشتراك الفرد فـي الأنشطة البدنية يفجر كل طاقات المراهق نحو التنمية والنمو فـي ظـروف جيدة.[143]

9- إرشادات للقائمين على تربية المراهقين :

- إعطاء المراهق جانبا من الحرية وحمله المسؤوليات التـي تتناسـب مـع استعداداته وقدراته .
- تركه يفصح عن آرائه وعدم الإسراف في إعطائه الأوامر .
- عدم فرض قيود شديدة عليه .
- عدم إحراجه أمام زملائه حتى لا ينفر منك .
- لا تكن قاسيا معه فينفر منك، ولا تكن لينا معه حتى لا يتجاوز حدوده .
- لا تستخدم معه العقاب اللفظي والجسدي حتى لا تتولد لديه أزمات نفسية .
- عدم إشراكه في أمور لا يقدر على مواجهة صعوبتها .
- عدم التحيز في المعاملة حتى لا يشعر بالفروق الفردية .
- دعه يصحح أخطائه بنفسه فالتجربة خير معلم .
- كن متسامحا معه إلى أبعد حد ممكن حتى يشعر بالثقة والأمان .[144]

[143]- عاقل فاخر، مرجع سابق، ص 192 .
[144]- ميخائيل إبراهيم أسعد، مرجع سابق، ص 239 .

خلاصة :

من خلال ما ذكرناه في هذا الفصل نذرك أن مرحلة المراهقة هي المرحلة العمرية الهامة والحرجة في حياة الإنسان لا يمكن الاستهتار أو التهاون بها، كما وجب التصرف مع من يعيشها بحذر شديد وإذا كانت هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة الشباب وما يصاحبها من تغيرات كبيرة سواء الجسمية، الفيزيولوجية، الانفعالية والعقلية، تأثر فيه وعلى علاقة المحيط به، فهو يشعر بأنه ليس طفلا صغيرا بل رجل يستحق التقدير والاحترام، ويتمتع بالاستقلال الذاتي فهو يعارض الأوامر والعقوبات سواء من الأسرة أو المجتمع وهذا ما ينشأ له حالة الرفض والعدوانية تعبيرا عن سخطه على السلطة المفروضة عليه، ولهذا نجد أن الكثير من العلماء والباحثين اهتموا بهذه المرحلة من العمر وأجمعت دراستهم على أنه لا بد من الاهتمام بها سواء كمرحلة أو كفرد من أفراد المجتمع حتى يكون صالحا نافعا يفيد ويستفيد.

الباب الثاني:

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث

تحديد المنهج

- تعريف المنهجية
- تعريف المنهج
- اختيار المنهج المتبع
- المنهج الوصفي
- متغيرات البحث
- المتغيرات المستقلة
- المتغيرات التابعة
- الدراسة الاستطلاعية
- اختبار الصدق
- الاستبيان
- ثبات أدوات الدراسة
- عينة البحث
- مجالات البحث
- كيفية تفريغ البيانات
- أدوات الإحصاء المستعملة
- محاور الاستبيان
- الاستنتاج الخاص بالفرضيات
- الاستنتاج العام

تحديد المنهج:

1- تعريف المنهجية: يعتبر هذا المصطلح من أكثر المصطلحات التي اختلف العلماء أشد اختلاف في تعريفها حتى وصل بهم الاختلاف إلى التناقض. كون هذه الأخيرة تلعب دورا مهما جدا في توجيه البحث العلمي، وتقف من الأهمية بمكان في مصداقية النتائج التي يتوصل إليها البحث العلمي. وهنا نذكر تجدر بنا الإشارة إلى تقديم بعض التعاريف يمكن من خلالها فهم معنى المنهجية. فيذكر **رابح تركي** المنهجية بأنها "الطريقة التي يسلكها العلماء في بحوثهم. ولما كانت هذه البحوث مختلفة وجب أن تكون طرائقها مختلفة" (22:1984).

أم **المعجم الفلسفي** فقد اعتبر المنهجية "قسما من أقسام المنطق تبحث في مناهج كل العلوم، إذ أنها تعمل على البحث في الأسس العامة، التي تبرهن على صحة النظريات دون التعرض إلى مضمونها أو إجراءات البحث" (ماهر عبد القادر محمد علي، 18:1999).

من خلال التعاريف السابقة نلاحظ الاختلاف البين بينها، حيث يعتبرها واحد طريقة والآخر علم بحد ذاته. ومنه نخلص إلى التعريف التالي للمنهجية من جهة نظر **الباحث** " المنهجية هي علم قائم بحد ذاته له موضوعه ومنهجه ومفاهيمه، يهتم بالدراسة التنظيرية الإبستمولوجية للأسس والمبادئ التي يقوم على أساسها الجانب التطبيقي للعلم، أي الدراسة التجريدية لمنطق التفكير العلمي المتبع في كل المناهج العلمية في دراسة الظواهر في كل التخصصات للبرهنة على مدى صحة النظريات العلمية، دون التعرض للأدوات والتقنيات والإجراءات، كما يهتم بالدراسة التطبيقية للعلم أي الدراسة التجريبية الملموسة للطرق والإجراءات والتقنيات والوسائل والأدوات والمقاييس والوسائل والاختبارات والإحصائيات، ومدى قدرتها ونجاعتها ودقتها، في قياس طبيعة الظواهر المدروسة، ومدى علاقة بصحة وصدق وثبات النتائج العلمية، التي تم التوصل إليها في أي علم من العلوم المختلفة، وذالك من أجل دحض أو إثبات أو تقويم النتائج العلمية.

2- تعريف المنهج: اختلف الباحثون حول تحديد المعنى الاصطلاحي للمنهج عموما، وكلمة منهج ما هي إلا الترجمة العربية للكلمة الفرنسية (Méthode) والتي تقابلها

بالإنجليزية (Méthod) وهما كلمتان مأخوذتان من الأصل اليوناني (Méthodos) الذي يتألف من مقطعين: Méta بمعنى بعدو Hodos بمعنى طريق، والذي يدل من الناحية الاشتقاقية على معنى السير تبعا لطريق محدد، وهي نفس الدلالة الإشتقاقية للكلمة العربية المنهج والتي يقصد بها الطريق الواضح المحدد.
المنهج هو مجموع الطرق المتبعة في تحقيق كل عملية من العمليات المتعددة التي يتضمنها البحث، بالإضافة إلى الأدوات والمقاييس والاختبارات والإحصاءات والأساليب والتقنيات التي تحتاج كل طريقة منها لطريقة معينة لدراسة مشكلة بحثية، من الناحيتين النظرية والتطبيقية.

3- اختيار المنهج المتبع في الدراسة:

من خلال المشكلة المطروحة للبحث، والتي تحاول أن تبين العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي في وقت الفراغ ومعرفة أي يقضي المراهقين المتمدرسين وقت فراغهم خارج إطار الدراسة، وبعد الملاحظة التي لاحظناها والمتمثلة في النسبة المرتفعة للمراهقين الذين يرتادون على قاعات ألعاب الفيديو، وممارسة هذه الأخيرة بشكل شبه مدمن، أردنا معرفة مدى تأثير هذه الظاهرة الجديد على الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي خارج المدرسة.
تبين لنا أن الموضوع المطروح للدراسة يمكن ان يُتناول من جهتين: المنهج الوصي والمنهج التجريبي، إلا أن المنهج الأخير ونظرا لما يتطلبه من إمكانيات ووقت، من جهة والفترة الزمنية لإنجاز البحث من جهة أخرى انتقلنا إلى الخيار الثاني وهو استعمال المنهج الوصفي الذي لا يقل أهمية عن المنهج التجريبي النسبة لدراستنا.
حيث يتصف هذا المنهج بالخطوات البحثية نفسها التي يتميز بها أي منهج بحث آخر.
وكون الدراسة التي تستهدفها بالبحث تتميز بمجتمع إحصائي كبير جدا والذي يتمثل في المتمدرسين في المتوسطات واستحالة دراسته كليا نظرا لإمكانياتنا المادية المحدودة جدا، و الوقت الذي يجري فيه هذا البحث. كان لزاما علينا ان نحدد بدرجة أدق المتغيرات التي ندرسها كما كان علينا دراسة عينة من المجتمع الإحصائي الكلي، وتكون عينتنا قصدية بحتة وذالك ب:

- اختيار جنس الذكور بدل الإناث لاختلاف حجم الممارسة بين الجنسين واختلافهما في الخصائص النفسية والفيزيولوجية.

- استهداف التلاميذ الذين يدرسون في المتوسطات وذالك لعزل الفئات الأخرى مثل الثانويين الجامعيين الابتدائيين.

- استهداف المتمدرسين لعزل غير المتمدرسين.

- استهداف مكان العاصمة وذالك لتواجد الظاهرة بصفة مكثفة في هذا المكان.

- دراسة متوسط البساتين الجميلة ببئر مراد رايس من بين متوسطات العاصمة،

4- المنهج الوصفي: يعتبر المنهج الوصفي من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم البحث الوصفي بجمع أوصاف دقيقة علمية للظاهرة المدروسة ووصف الوضع الراهن وتفسيره، وكذالك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة.

كما تتضمن الدراسة الوصفية الإجابة عن السؤال **ماذا؟** أي ما هي طبيعة الظاهرة موضوع البحث، ويتطلب ذالك تحليل الظاهرة والتعرف على العلاقات بين مكوناتها، والآراء حولها والاتجاهات نحوها، كذالك العمليات التي تتضمنها والآثار المترتبة عنها. ولا يقتصر البحث الوصفي على جمع البيانات وتبويبها، وإنما يمتد إلى ما هو أبعد من ذالك لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات والتعرف على العلاقات بين مكوناتها، والآراء حولها والاتجاهات نحوها، كذالك العمليات التي تتضمنها والآثار المترتبة عنها.

ويعرفه **محمد زيان عمر** بأنه" المسح الشامل للظواهر الموجودة في جماعة معينة، وفي مكان معين ووقت محدد، بحيث يقوم الباحث بالكشف ووصف الأوضاع القائمة والاستعانة بما صل إليه في التخطيط للمستقبل"

4-1- **المسح الاجتماعي:** يعتب المسح الاجتماعي احد أنماط المنهج الوصفي، ويستهدف دراسة الظروف الاجتماعية التي تؤثر في مجتمع ما، بغرض الحصول على بيانات ومعلومات يمكن الاستفادة منها في وضع وتنفيذ برنامج للإصلاح الاجتماعي.

والمسح الاجتماعي عبارة عن محاولة علمية منظمة لوصف وتحليل وتفسير الوضع الراهن لجماعة أو نظام ما أو بيئة معينة، وتعتبر الدراسات المسحية الاجتماعية ذات فائدة كبيرة إذ بالمعلومات التي يجمعها الباحث حول الظاهرة يمكن دراسة المشكلات الاجتماعية القائمة وتحديد مدى تأثيرها على المجتمع.

وعلى الرغم من فائدة الدراسات المسحية، إلا أن المسح الاجتماعي له حدوده ويجب على الباحث مراعاة ذالك، فالمسح الاجتماعي يرتكز على دراسة الحاضر وبالتالي فإنه لا يصلح للدراسات التطورية التي تعتمد على الربط بين الماضي والحاضر، كما أن أهمية المسح تتوقف على عدد أفراد العينة.

4-2- **مسح العينة:** المسح الذي تتم فيه دراسة بعض مفردات المجتمع، ويراعى في اختيارها أن تتوفر فيها جميع خصائص مجتمع البحث حتى يمكن تعميم النتائج على باقي أفراد المجتمع.

4-3- الدراسات المسحية الخاصة:

وهي التي تتناول جانب خاص محدد من الحياة الاجتماعية كالاقتصاد، الصحة، الرياضة وهو موضوع بحثنا.

4-4- موضوعات المسح الاجتماعي:

* دراسة الجوانب الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية والدينية والرياضية والثقافية والسياسية لمجتمع ما.

***** دراسة الخصائص الديمغرافية لمجتمع ما.

*دراسة اتجاهات الأفراد ودوافع سلوكهم.

5- متغيرات البحث:

5-1- المتغيرات المستقلة:

هي تلك المتغيرات التي يتناولها الباحث بالتجريب في الدراسات العلمية المختلفة، أو هي تلك الموضوعات التي تدور حولها التجارب البحثية.

و في هذا البحث الذي نحن في صدد القيام به،المتغير المستقل هو ألعاب الفيديو

5-2- المتغيرات التابعة:

هي تلك المتغيرات التي لا تخضع لتحكم الباحث ن و يمكن التعبير عنها بالبيانات أو النتائج المحصل عليها من خلال التجربة.

و في هذا البحث لدينا المتغير التابع النشاط البدني الرياضي الترفيهي.

6- الدراسة الاستطلاعية:

من خلال الملاحظة التي شاهدناها في أوساط المراهقين وهو عزوفهم عن ممارسة النشاط البدني الرياضي واتجاههم نحو ممارسة ألعاب الفيديو، ووعيا منا بخطورة هذه الظاهرة على مستقبل المراهق من جهة وعلى مستقبل النشاط البدني الرياضي من جهة أخرى ارتأينا التعرف على حيثيات هذه الظاهرة ومدى تأثيرها في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي ، ومن أجل الحصول على العينة المناسبة قمنا بزيارة عدة متوسطات من أجل الحصول على أفضل عينة لإجراء هذه الدراسة ووقع الاختيار على ثانوية البساتين الجديدة التي تحتوي على 430 طالب مقسمة على أربع مستويات

7- اختبار الصدق:

يعد الإخبار صادقا إذا كان يقيس فعلا ما اعد لقياسه، أما إذا اعد لقياس سلوك و قاس غيره لا تطلق عليه صفة الصدق، و للصدق أنواع عديدة منها: الصدق الفرضي وصدق المحتوى و الصدق الذاتي.

و يركز أيضا انه يمكن حساب درجة الصدق عن طريق حساب نسب الإنفاق بين المحكمين، فكلما زاد عدد المحكمين الذين يوافقون على صلاحية الأداة أو الأسلوب لتحقيق أهداف هذه الدراسة دل ذلك على ان نسب الصدق الظاهري عالية.

حيث قمنا بعرض الاستبيان (الاستمارة) على دكاترة في الاختصاص ن وتم إجراء بعض التعديل بما يناسب موضوع البحث.

كما قمنا بدراسة أولية على أدوات الدراسة حيث وزعنا الاستبيان على عينة تتكون من 10 تلاميذ، و من خلال المناقشة مع هؤلاء التلاميذ وجدنا ان 90% من هؤلاء التلاميذ وجدوا معظم العبارات المدونة في الاستمارة واضحة ومفهومة و ذلك تأكدنا من الصدق الظاهري للاستمارة.

8- الاستبيان :

الاستبيان هو عبارة عن قائمة من الأسئلة التي من خلالها نستطيع إثبات أو نفي فرضيات البحث، و يستعمل كثيرا في بحوث العلوم الاجتماعية ، وفي دراستنا هذه قمنا بوضع مجموعة من الأسئلة موجهة إلى الأساتذة للإجابة عنها، متعلقة بالسلوكات العدوانية لدى التلاميذ، و علاقات التلاميذ فيما بينهم ودور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تهذيب سلوكهم.

و هذه الاستمارة وضعت من اجل إثبات أو نفي فرضيات البحث و الإجابة على تساؤلات الإشكالية.

و قد تم تحكيم الاستمارة من طرف دكاترة من معهد علم النفس و معهد التربية البدنية و الرياضية، و بعد تعديل و حذف بعض الأسئلة وضعت الاستمارة بشكلها الأخير.حيث كان عدد أسئلته 70 سؤال ليصبح بعد تعديله من طرف الخبراء 44 سؤال، بالإضافة إلى 13 سؤال فرعي. والاستبيان هو مجموعة أسئلة مرتبطة بطريقة منهجية لهذه الأسئلة ثم وضعها في استمارة توجه على الأشخاص المستجوبين، وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها، واعتمدنا على ثلاثة أنواع من الأسئلة :

8-1- **الأسئلة المغلقة:** وفيها يحدد الباحث إجاباته لتؤكد أفكارا أو تنفيها، حيث تكون الإجابة في معظم الأحيان محددة بـ"نعم" أو "لا".

8-2- **الأسئلة الاختيارية:** هذا النوع من الأسئلة يحتوي على فرعين من الاختيارات، الأول يكون اقتراحات محددة والثاني تكون فيه الحرية للمستجوب بالإدلاء برأيه الخاص.

8-3- **الأسئلة المفتوحة**: تعطى كل الحرية للمستجوب للإجابة على الأسئلة كيفما أراد سواء بالتفصيل أو الاختصار وهذه الحرية مطلقة تكون بذكر أرائه وأفكاره وتصوراته عن الأسئلة المقدمة .

8-4- الهدف من تطبيق الاستبيان:

- تزويد الدراسة الميدانية بمعلومات وأفكار تزيد من مصداقية البحث.
- تأكيد أو نفي الفرضيات مما يساعده على الإجابة عن الإشكالية.
- معرفة مستوى التفاوت أو التقارب.

9- ثبات أدوات الدراسة:

يقصد بالثبات مدى الدقة و الاتساق أو استقرار نتائج الاختبار فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين ،على ان نصل إلى نفس النتائج تقريبا.

و قمنا بحساب ثبات الاستبيان عن طريق حساب معامل الثبات الذي يمثل الارتباط الذاتي للاستبيان.و هناك طرق عديدة لحسابه كما بينتها "البهي فؤاد السيد":

* طريقة إعادة الإخبار.
* طريقة التجزئة النصفية.
* طريقة الصور المتكافئة.

و قد اتبعنا في حساب ثبات الاستبيان بطريقة إعادة الاختبار على مجموعة من التلاميذ تمثلت في 10 تلاميذ بفاصل زمني قدره 08 أيام بين التوزيع الأول، حيث كان معامل الارتباط (R)، $r = 0.94$ وهي دالة إحصائيا، عندها مستوى دلالة 0.05 بمقدار ثقة يمثل 94%

10- عينة البحث:

تتكون متوسطة البساتين الجديدة من 430 تلميذ، أخذنا منها نسبة 10% من التلاميذ لدراسة تأثير ممارسة ألعاب الفيديو على ممارسة النشاط البدني الرياضي بالنسبة إليهم فكانت العينة المدروسة 43 تلميذ إلا أنن استهدفنا تلاميذ الطور الرابع الذكور منهم الذين كان عددهم 103 تلميذ

10-1- **عينة الدراسة:**

10-1-1- تعريف العينة:

العينة هي النموذج الذي من خلاله يعمل الباحثون على بناء تجاربهم وهي مستخرجة من المجتمع الأصلي الذي يجري فيه البحث، والعينة القصدية هي إحدى العينات التي تدرس مجتمع إحصائي يستحيل على الباحث دراسته بصورة كلية فيلجأ لدراسة جزء

منه شريطة أن تكون هذه العينة تمثل المجتمع الإحصائي، بالإضافة إلى ذالك يجب أن يكون المجتمع الإحصائي يتصف بالتجانس.

10-1-2- عينة البحث:

يتمثل المجتمع الإحصائي في دراستنا كل المراهقين المتمدرسين في المتوسطات و لما كان من المستحيل دراسة المجتمع بأكمله كان لزاما علينا ان ندرس عينة منه ولما كان كذلك دراسة 10% من المجتمع الكلي غير ممكن استهدفنا بالدراسة متوسطة واحدة كدراسة حالة،و تتمثل العينة البحثية في الدراسة متوسطة البساتين الجديدة التي تضم 430 طالب، أخذنا منها 10% من الطلاب فكان عددهم 43 طالب و لما كانت المواد المدرسة في الأطوار الأربعة المختلفة اخترنا السنة الرابعة التي كان عددهم104 طالب كلهم ذكور لتأثير عامل الجنس على الدراسة.

11- مجالات البحث:

11-1 **المجال المكاني:** لقد ارتأينا في بحثنا هذا التعامل مع عدد من التلاميذ بالجزائر العاصمة متوسطة البساتين الجميلة ببئر مراد رايس وقمنا بتوزيع الاستمارات على تلاميذ المتوسطة المذكورة سابقا.

11-2- **المجال الزمني :** تم توزيع الاستمارات الاستطلاعية (نسبة 10%من الاستبيان) في شهر فيفري ابتداء 2008 بعد استرجاعه تم تعديل الأسئلة غير المفهومة والتي تحتاج التعديل. بعد ذالك تم توزيع الاستبيان النهائي في شهر أفريل من نفس السنة.

12- كيفية تفريغ البيانات:

تم تفريغ البيانات على جداول تحتوي على الإجابة والتكرار والنسبة كما تم تحليل النتائج حسب طبيعة السؤال المطروح مراعين في ذلك عوامل عدة لها علاقة بالموضوع والتي تساعدنا في إعطاء تفسيرات للأجوبة المحصل عليها .

13- الأدوات الإحصائية المستعملة:

قمنا بتوزيع 104 استمارة تم استرجاعها كاملة إلا انه تم إلغاء واحدة لكونها كانت فارغة.

بعد عملية تجميع الاستبيان تم الاستعانة بنظام SPSS لمعالجة النتائج المتحصل عليها كما تم اختبار الفرضيات باستعمال كا^2 الذي يثبت وجود دلالة إحصائية من عدمها بين نتائج الدراسة وارتأينا أن نعالج كل جدول على حدى للإطلاع بالتفصيل على كل سؤال.

13-1- النسبة المؤوية:

تستعمل للمقارنة بين النتائج تبعا للنسبة الكلية:

قانون النسبة المئوية:

المجموع الكلي ← 100%

التكرار المتحصل علية ← س%

$$\text{س} = \frac{\text{التكرار المتحصل عليه}}{\text{المجموع الكلي}} \times 100$$

13-2-اختبار كا^2 :

يتكون هذا القانون من:

التكرارات المشاهدة : وهي التكرارات التي نتحصل عليها بعد توزيع الاستبيان.

التكرارات المتوقعة: وهو مجموع التكرارات يقسم على عدد الإجابات بالتساوي.

جدول كا^2 يحتوي هذا الجدول على:

كا^2 المجدولة: وهي قيمة ثابتة نقارنها مع كا^2 المحسوبة اتخاذ القرار الإحصائي.

درجة الحرية: وقانونها هو(ن-1)، حيث ن هي عدد الإجابات المقترحة.

مستوى الدلالة: نقوم بمقارنة النتائج عندها والغالب من الباحثين يستعملون مستوى دلالة 0.05 أو 0.01.

قانون: كا^2 :

$$\text{كا}^2 = \text{مج} \frac{(\text{التكرار المشاهد} - \text{التكرار المتوقع})^2}{\text{التكرار المتوقع}}$$

13-3- القرار الإحصائي:

بعد الحصول على نتائج كا^2 المحسوبة نقوم بمقارنتها ب كا^2 المجدولة فإذا:

- كانت كا^2 المحسوبة أكب من كا^2 المجدولة فإننا نقبل الفرضية البديلة H_1 التي تقول بن الفرق في النتائج يعود للفروق بين الفئتين أي توجد دلالة إحصائية.

- كانت كا^2 المحسوبة أقل من كا^2 المجدولة فإننا نقبل الفرضية الصفرية H_0 التي تقول بأنه لا توجد فروق بين النتائج وإنما يعود ذالك إلى عامل الصدفة.

14- محاور الاستبيان:

لقد قسم الاستبيان إلى أربعة محاور :

المحور الأول :

واقع المنشئات و المركبات الرياضية

تخدم هذا المحور كل من الأسئلة 11،10،9،أ11،11ب،23،21،16،14،13،12.

المحور الثاني:

البيئة الاجتماعية، و أثره في توجيه سلوك المراهقين

يخدم هذا المحور أسئلة الاستبيان التالية:6أ،18،18،17،16،7أ،43،36،30.

المحور الثالث:

العاب الفيديو،استخدامها ووسائطها

يخدم هذا المحور الأسئلة التالية:20،20أ،20ب،20ج،24،22 ،26،25 ،29،28،27 ،34،33،32،31،30، 53، 39،38،37،36 ،42،،41،40.

المحور الرابع:

احتكار القاعات الرياضية من طرف الكبار وتأثير ذلك على ممارسة الصغار للنشاط البدني الرياضي :

يخدم هذا المحور بصورة دقيقة الأسئلة التالية:15، 16، 23، 21. كما تخدمه أسئلة أخرى بطريقة غير مباشرة.

الفصل الثاني:
عرض وتحليل النتائج

1- هل تفضل النشاط البدني الرياضي؟

الجدول رقم(01)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	102	99	102	51.5	99.39	3.84	0.05	1	+
لا	01	1	1	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة **99** % من التلاميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي، في حين نجد نسبة 1% لا يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي. كما نلاحظ أن كا^2 المحسوبة (99.39) أكبر من كا^2 المجدولة (3.84) ومنه فالنتيجة إيجابية أي توجد دلالة إحصائية أي توجد فروق بين الذين يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي والذين لا يفضلون.

التفسير:

يفضل التلاميذ ممارسة النشاط البدني الرياضي وذالك لما له من الميزات والإيجابيات على التلاميذ من الناحيتين النفسية والبدنية حيث أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد التلاميذ على الاندماج الاجتماعي وذالك بإمكانية اكتساب الطفل لأصدقاء جدد عند احتكاكه بهم عند ممارسة النشاط البدني الرياضي بالإضافة إلى هذا فالنشاط البدني الرياضي الجماعي يتميز بالإثارة والمنافسة القوية بين التلاميذ وهذا ما يجعله يتميز بلذة الانتصار وهي الميزة الأكثر جاذبية في هذا الأخير ناهيك عن الميزات والخصائص الأخرى، بالإضافة إلى ذالك فإن النشاط البدني الرياضي متوفر في المدرسة وزهو ما يجعل الوصول إليه سهل وممكن وهذا ما يجعل التلاميذ يفضلونه.

2- هل تفضل ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج المؤسسة؟

الجدول رقم(02)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	100	97.10	100	51.50	91.35	3.84	0.05	1	+
لا	03	2.90	03	51.50					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تبين النتائج المتحصل عليها أن نسبة 97.10% يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج المدرسي في حين نجد نسبة 2.9% لا يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج المدرسة، كما تبين نتائج كا^2 المتحصل عليها أن كا^2 المحسوبة (91.35) أكبر من كا^2 (3.84) المجدولة وبالتالي توجد دلالة إحصائية بين التلاميذ الذين يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج المدرسة والذين لا يفضلون ذالك.

تفسير النتائج:

يهدف هذا السؤال إلى معرفة ما إذا كان التلاميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج المدرسة وهنا نقصد النشاط البدني الرياضي الترفيهي، وهذا السؤال يستهدف معرفة الأنشطة التي يمارسها التلاميذ في أوقات فراغهم، ومدى تعلقهم بممارسة النشاط البدني الرياضي كما نشير هنا أن النسبة الكبيرة المتحصل عليها فيما يخص تفضيل التلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي لا يعني بالضرورة ممارسته فعلا فقد يفضله ولا يمارسه لعوائق أو عراقيل تحول دون ذالك سنعرفها فيما يأتي.

3- هل تمارس النشاط البدني الرياضي؟

الجدول رقم (03)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	63	61.20	63	34.3	41.72	5.991	0.05	2	+
لا	10	9.7	10	34.3					
أحيانا	30	29.10	30	34.3					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة61.20% التلاميذ الذين يمارسون النشاط البدني الرياضي فعلا خارج المدرسة ليس فقط يمارسونه كما تبين نسبة 9.7% التلاميذ الذين لا يمارسون النشاط البدني الرياضي في حين نجد الفئة المتبقية من العينة تمارس أحيانا، وتبين الدراسة الإحصائية أنه توجد فروق بين هذه النتائج المتحصل عليها أي بين فئات التلاميذ الثلاث وذالك لأن كا^2 المجدولة (5.99) أقل من كا^2 المحسوبة (41.72).

تفسير النتائج:

يعطي هذا الجدول صورة أوضح على علاقة التلاميذ بالنشاط البدني الرياضي خارج المدرسة ففي السؤال رقم (01) والسؤال رقم (02) معظم التلاميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي لكن في نتائج هذا السؤال يتبين لنا أن الذين يمارسون فعلا هم أقل من الذين يفضلون وهذا راجع لعدة أسباب منها الوقت الغير مناسب، عدم توفر المركبات والمنشآت الرياضية التي تسمح بممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ بالنسبة للتلاميذ، بالإضافة إلى التشجيع القليل من طرف المحيط الاجتماعي الذي يحيط بالتلميذ.

- **إذا كانت الإجابة بنعم: كم من مرة في الأسبوع تمارس النشاط البدني الرياضي؟**

الجدول رقم (04)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
يوميا	22	21.40	22	24.00	21.083	7.81	0.05	3	+
مرتين في الأسبوع	42	40.80	42	24.00					
مرة في الأسبوع	11	10.70	11	24.00					
أحيانا	21	20.40	21	24.00					
المجموع	96	93.20	96	96					

تحليل الجدول:

يبين الجدول أعلاه أن عدد المرات التي يمارس فيها التلاميذ النشاط البدني الرياضي في وقت الفراغ في الأسبوع وهذا السؤال له علاقة بالسؤال الثالث كونه يركز على الذين يمارسون النشاط البدني الرياضي في وقت الفراغ فعلا بما فيهم الذين أجابوا بنعم و أحيانا في السؤال الثالث. فنسبة21.40% من التلاميذ يمارسون ال:ن،ب،ر يوميا، أما نسبة 40.80% يمثلون التلاميذ الذين يمارسون ال:ن،ب،ر مرتين في الأسبوع، كما أن نسبة 10.70% من التلاميذ يمارسون ال:ن،ب،ر مرة في الأسبوع، وتبقى نسبة 20.40% من التلاميذ الذين يمارسون ال:ن،ب،ر أحيانا. كما نلاحظ من المعالجة الإحصائية للنتائج أن ك^2 المجدولة أكبر من ك^2 المحسوبة ومنه توجد دلالة إحصائية بين فئات التلاميذ الثلاث (الذين أجابوا بنعم،لا،أحينا).

تفسير النتائج:

يتبين من خلال النتائج المتحصل عليها أن التلاميذ الذين يمارسون النشاط البدني الرياضي خارج المدرسة في وقت فراغهم يوميا أنهم منخرطون في النوادي والجمعيات الرياضية وبذلك فإنهم مجبرون على ممارسة ن،ب،ر يوميا من جهة أو أن

الإمكانيات اللازمة لممارسة هذا الأخير متوفرة لديهم ، كما تعود النسبة المتحصلة عليها في الإجابة بمرتين في الأسبوع يتبين لنا أن هاته الفئة تمارس ن،ب،ر في المدرسة في الأيام التي لا يدرسون فيها مثل الاثنين والخميس مساءا كما يمكن أن نضيف يوم الجمعة أي أن هذه الفئة ليس لديها الإمكانيات مثل الفئة الأولى أو أنها ليست منخرطة في النوادي والجمعيات الرياضية في حين نجد الفئة الثالثة لا تمارس سوى مرة في الأسبوع وهذا راجع لعدم وعي هذه الفئة بأهمية ن،ب،ر وتأثير البيئة الاجتماعية بشكل سلبي بالإضافة إلى الوقت الغير المتوفر لديهم من جهة أخرى أما الفئة التي تمارس ن،ب،ر أحيانا إلى كون هذه الفئة غير منتظمة في ممارسة هذا الأخير كذلك تمثل قلة المركبات والمنشئات الرياضية عائقا أساسيا أمام هذه الفئة.

5- مع من تمارس النشاط البدني الرياضي؟

الجدول رقم (05)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
الأهل	04	3.90	04	32.30	119.64	5.99	0.05	2	+
مع أصدقائك	83	80.60	83	32.30					
بمفردك	10	9.7	10	32.30					
المجموع	97	94.2	97	97					

تحليل الجدول:

تبين3.90 % نسبة التلاميذ الذين يمارسون ن،ب،ر مع الأهل، بينما تبين نسبة 80.6% التلاميذ الذين يمارسون ن،ب،ر مع الأصدقاء وهي أكبر نسبة. كما تبين نسبة 9.7% التلاميذ الذين يمارسون ن،ب،ر بمفردهم ومن خلال الدراسة الإحصائية للنتائج يتبين لنا أنه توجد دلالة إحصائية بين الإجابات الثلاث كون أن ك^2 المجدولة (119.64) أكبر من ك^2 المحسوبة (5.99).

تفسير النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها والمتمثلة في كون أن 80.6% من التلاميذ يفضلون ممارسة ن،ب،ر مع أصدقائهم وذلك راجع لعدة عوامل منها التفاعل الاجتماعي الحاصل بين التلاميذ عند ممارستهم للعبة معينة بالإضافة إلى توافر عناصر المتعة والإثارة وجو المنافسة بين التلاميذ خاصة وأنهم في سن واحد كما نجد الفئة الثانية والتي تمارس ن،ب،ر مع الأهل أقل من الفئة الأولى لأن الثقافة الرياضية والتشجيع على الممارسة الرياضية يعتبر قليل في الأوساط الأسرية الجزائرية وهذا ما يفسر النتائج المتحصل عليها لأن ممارسة النشاط البدني الرياضي مع الأهل لا تكون إلا إذا كان أفراد الأسرة يمارسون هذا الأخير. في حين نجد الفئة التي تمارس النشاط البدني الراضي بمفردها راجع إلى أن هذه الفئة تفضل ممارسة النشاط البدني الرياضي الفردي وهذا لا يحتاج الأصدقاء بدرجة ملحة كما يعود ذلك إلى أن الأسرة لا تولي

اهتمام لهذا الأخير ويستهدف هذا السؤال الفئة التي أجابت على السؤال الرابع والخامس.

6 - هل يمارس أحد أفراد أسرتك رياضة معينة بشكل منتظم؟

الجدول رقم (06)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	57	55.34	57	51.50	1.17	3.84	0.05	1	-
لا	46	44.7	46	51.50					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

يبين الجدول أن نسبة 55.34% من التلاميذ أجابوا بنعم فيما يخص السؤال الذي يستهدف ما إذا كان أحد أفراد الأسرة يمارسون النشاط البدني الرياضي في حين نجد نسبة 44.7% من التلاميذ أجابوا بنعم لنفس السؤال ومن خلال الدراسة الإحصائية يتبين لنا انه لا توجد دلالة إحصائية بين التلاميذ الذين يمارسون ن،ب،ر ووجود أحد أفراد الأسرة يمارس هذا الأخير كذلك وذلك لأن ك^2 المحسوبة (1.17) وهي اقل من ك^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

تبين النتائج المتحصل عليها في السؤال رقم 06 أن وعي الأسر الجزائرية بأهمية الثقافة الرياضية ما زال قليل لأن نسبة التلاميذ الذين أجابوا بلا تساوي تقريبا نسبة التلاميذ الذين أجابوا بنعم وها راجع إلى المحيط الاجتماعي بصفة عامة وقلة أو عدم توفر الظروف اللازمة لممارسة ن،ب،ر بصفة خاصة.

- إذا كانت الإجابة بـ "نعم" هل يشجعك على ممارسة النشاط البدني الرياضي؟

الجدول رقم (07)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	56	98.20	56	28.50	53.07	3.84	0.05	1	+
لا	01	1.80	01	28.50					
المجموع	57	100	57	57					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 98.20% التلاميذ الذين أجابوا بنعم فيما يخص التشجيع على ممارسة ن،ب،ر من طرف الأسرة وهذا السؤال له علاقة بالسؤال الخامس كونه يقصي الذين اجابوا بلا في السؤال الخامس في حين تمثل نسبة 1.8% التلاميذ الذين لا يلقون تشجيع من طرف الأسرة. وتبين الدراسة الإحصائية أن الفروق في الإجابات لا يعود للصدفة وإنما توجد دلالة إحصائية بين الفئتين كون ان $ك^2$ المحسوبة(53.7) أكبر من $ك^2$ المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

تلعب البيئة الاجتماعية دورا أساسيا في توجيه التلاميذ نحو ممارسة ن،ب،ر وهذا تثبته نسبة 98.2% لأن الأسرة الممارسة للنشاط البدني الرياضي والتي لها ثقافة رياضية تشجع أبناءها على ممارسة هذا الأخير وذلك من توفير الأدوات والوسائل اللازمة لذلك من بدلات نوادي ...إلخ، وهذا كله يرفع من دافعية الأطفال نحو الممارسة في حين نجد الفئة الثانية التي تمثل نسبة 1.8% التلاميذ المولعون بممارسة النشاط البدني الرياضي حيث أنهم يمارسون دون أي تشجيع. كما قد يكون عدم تشجيع هذه الأسر لأولادهم راجع لغياب الثقافة الرياضية لديهم.

7- هل تتلقى تشجيع لممارسة النشاط البدني الرياضي من طرف ؟

الجدول رقم (08)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
أستاذ ت،ب،ر	16	15.5	16	25.80	21.77	7.81	0.05	3	+
الأولياء	38	36.9	38	25.80					
الأصدقاء	37	35.9	37	25.80					
لا يوجد تشجيع	17	11.7	12	25.80					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 15.5% تلاميذ الذين يلقون تشجيع من طرف أستاذ ت،ب،ر كما تبين نسبة 36.9% تلاميذ الذين يلقون تشجيع من طرف الأولياء وتساوي تقريبا نسبة التشجيع من طرف الأصدقاء النسبة التي قبلها في حين تمثل نسبة 11.7% التلاميذ الذين لا يلقون تشجيع. وتبين الدراسة الإحصائية وجود دلالة إحصائية بين هذه الفئات الأربع وهذا ما سنذكره في التفسير وذلك راجع لكون قيمة $ك^2$ المحسوبة(21.77) أكبر من $ك^2$ المجدولة (7.81).

تفسير النتائج:

من خلال النتائج يتبين لنا أن الأولياء يشجعون أبناءهم على ممارسة ن،ب،ر وهذا موجود طبعا في الأسر ذات الثقافة الرياضية كما يساعد الاحتكاك بالأصدقاء على اكتساب هذه الصفة (ممارسة ن،ب،ر) لأن المراهق يتأثر بصفة كبير ة جدا بالمحيط خاصة الأقران وهذا ما أثبته علم النفس وعلم الاجتماع في حين يطرح مشكل هنا وهو ان أستاذ ت،ب،ر لا يشجع على ممارسة ن،ب،ر خارج المؤسسة حسب الإجابات المتحصل عليها وتعتبر كل المؤشرات السابقة دافعية للإنجاز الخارجي في حين نجد

نسبة 11.7% من التلاميذ لا يتلقون تشجيع وقد يمارسون ولا يمارسون حسب نوع الدافعية المتوفرة لديهم.

8- ما هي الأنشطة الرياضية المفضلة لديك؟

الجدول رقم (09)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
كرة القدم	66	64.10	66	17.20	179.00	12.59	0.05	5	+
ألعاب القوى	02	1.90	02	17.20					
السباحة	19	18.40	19	17.20					
كرة السلة	04	3.90	04	17.20					
كرة الطائرة	10	9.70	10	17.20					
الرياضات القتالية	02	1.90	02	17.20					
المجموع	103	100	103	100					

تحليل الجدول:

يبين الجدول أن نسبة 64.10% من التلاميذ يفضلون ممارسة كرة القدم، وتمثل نسبة 18.40% التلاميذ الذين يفضلون ممارسة السباحة، كما تقسم النسب المتبقية بين كرة السلة،كرة الطائرة ، الرياضات القتالية وألعاب القوى.ويبين الجدول أنه توجد دلالة إحصائية بين الفئات السبع لأن ك^2 المحسوبة (179) أكبر من ك^2 المجدولة (12.59).

تفسير النتائج:

يفضل التلاميذ كرة القدم لأنها اللعبة الأكثر شهرة و شعبية في العالم من جهة وكونها مفضلة من طرف الذكور وذلك لما تتميز به من روح المنافسة والتحدي وإثبات الذات وهذه الصفات موجودة عند الذكور كما ان ممارسة كرة القدم ممكنة للجميع لكونها لا تتطلب تجهيزات لا يمكن تحقيقها فقط تحتاج مساحة يمكن اللعب من خلالها. في حين نجد الفئة الثانية من حيث الكثرة تفضل السباحة وهؤلاء هم الفئة الذين تسمح لهم

الظروف والإمكانيات المتوفرة لممارسة هذا النوع من النشاط في حين تبقى تفضيلات الألعاب الأخرى حسب الأنماط الشخصية للمراهق من جهة وتوافقها مع صفات وخصائص اللعبة المفضلة من جهة أخرى فهناك ما هي فردية وهناك ما هي فكرية...

9- هل تواجهك عراقيل عند ممارسة النشاط البدني الرياضي المفضل لديك؟

الجدول رقم (10)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	50	48.5	50	51.5	0.243	3.84	0.05	1	-
لا	53	51.5	53	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 48.5% التلاميذ الذين أجابوا بنعم انه توجد عراقيل تحول بينهم وبين ممارسة ن،ب،ر في حين تمثل نسبة 51.5% عكس ذلك. ومن خلال الدراسة الإحصائية للنتائج المتحصل عليها يظهر أن الاختلاف في النتائج يعود للصدفة ولا توجد دلالة إحصائية بين الفئتين لأن $ك^2$ المحسوبة (0.24) أقل من $ك^2$ المجدولة(3.84).

تفسير النتائج:

تبين النتائج المتحصل عليها أن نسبة 48.5% من التلاميذ تواجههم عراقيل لممارسة ن،ب،ر كونهم يقطنون في مكان لا تتواجد به مركبات ومنشئات رياضية أو قلة الإمكانيات الخاصة والفردية لممارسة النشاط الذي يفضلونه وهذا قد يرجع كذلك للوقت غير كافي الذي يسمح بذلك في حين تمثل نسبة 51.5% التلاميذ الذين ليس لديهم عراقيل لممارسة نشاطهم المفضل في وقت الفراغ وهذا يمكن أن يرجع لكون ان النشاط الذي يفضلونه لا يتطلب إمكانيات كبيرة أو ان الأسرة ترعى تكاليف ذلك

بالإضافة إلى إمكانية توفر مركبات والمنشئات رياضية في المكان الذي يقطنون فيه.كما يمكن أن يعود ذلك إلى تميزهم بدافعية إنجاز داخلي وهذا ما يجعلهم يتحدون الصعاب التي تحول بينهم وبين ممارسة نشاطهم المفضل.

- إذا كانت الإجابة بنعم: ما نوع هذه العراقيل:

الجدول رقم (11)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
الظروف المناخية	07	6.8	07	16.7	24.28	7.81	0.05	2	+
إمكانيات المادية	10	9.7	10	16.7					
المنشآت الرياضية	33	32	33	16.7					
المجموع	50	48.5	50	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 6.8% من التلاميذ الذين تواجههم عراقيل ذات علاقة بالظروف المناخية، كما تمثل نسبة 9.7% التلاميذ الذين تواجههم عراقيل ذات علاقة بالإمكانيات المادية وتمثل النسبة المتبقية 32 التلاميذ الذين تواجههم عراقيل ذات علاقة بالمنشئات الرياضية ويمثل مجموع هذه النسب النسبة الكلية للتلاميذ الذين اجابوا بنعم في السؤال التاسع وبإضافة نسبة التلاميذ الذين اجابوا بنعم نحصل على100%. زمن ناحية الدراسة الإحصائية فغنه توجد دلالة إحصائية بين فئات التلاميذ يثبته ذلك أن ك^2 المحسوبة (24.28) أكبر من ك^2 المجدولة (5.99).

تفسير النتائج:

من خلال النتائج يتبين لنا أن العائق الأساسي الذي يحول دون ممارسة النشاط البدني الرياضي للتلاميذ هو عوز المدن والقرى بالمنشئات الرياضية التي تعتبر الملجأ الأول والأخير لممارسة ن،ب،ر وذلك لما يتميز به من صفات تمكنه من تحدي الظروف

المناخية والإمكانيات المادية الخاصة لأن الهدف من إنشاء المنشئات والمركبات الرياضية هو تحدي وتجاوز المشاكل المذكورة سابقا في حين تمثل العوائق المادية مشكلا بالنسبة للتلاميذ الذين مستواهم المعيشي لا يسمح بتسديد تكاليف رياضتهم المفضلة نقصد بذلك مثلا السباحة. كما تمثل الظروف المناخية عند قلة المنشئات الرياضية عائقا كبيرا أمام التلاميذ.

10- أين تفضل ممارسة رياضتك المفضلة؟

الجدول رقم (12)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
المركبات الرياضية	44	42.7	44	34.3	4.21	5.99	0.05	2	-
الملاعب الجوارية	28	27.2	28	34.3					
المساحات المفتوحة	31	30.1	31	34.3					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 42.7% التلاميذ الذين يفضلون ممارسة نشاطه المفضل في المركبات الرياضية كما تمثل نسبة 27.2% التلاميذ الذين يفضلون الملاعب الجوارية في حين تبقى نسبة 30.1 التلاميذ الذين يفضلون المساحات الخضراء. كما تبين الدراسة الإحصائية للنتائج عدم وجود دلالة إحصائية بين الإجابات وإنما يعود ذلك على الصدفة وهذا ما جاءت به النتائج عند المقارنة بين نتيجتي ك^2 المحسوبة والمجدولة الموضحة في الجدول ولما كانت ك^2 المحسوبة (4.21) أقل من ك^2 المجدولة (5.99) فإنه لا توجد دلالة إحصائية.

تفسير النتائج:

يعود تفضيل فئة من التلاميذ للمركبات الرياضية لممارسة رياضتهم المفضلة لكون هذه الرياضة تتعلق ممارستها وترتبط بهذه المركبات بحيث لا يمكن أو يصعب ممارستها خارجها نذكر من ذلك السباحة، كرة الطائرة...إلخ. في حين تفضل فئة أخرى من

التلاميذ الملاعب الجوارية لأنها رياضتهم المفضلة يمكن أن تمارس هناك ولا تشترط توفر المركبات الرياضية مثل كرة السلة كرة الطائرة وكرة اليد....إلخ. كما تلجأ هذه الفئة على الملاعب الجوارية في حالة انعدام المركبات الرياضية، وتعتبر هاتين الفئتين من الفئات التي تفضل النشاط البدني الرياضي الجماعي عموما في حين نجد الفئة الثالثة تفضل المساحات الخضراء وهذا لأنهم يفضلون الرياضات الفردية مثل ألعاب القوى ....إلخ.

11- هل يوجد مركبات رياضية أو ملاعب جوارية في بلديتك؟

الجدول رقم (13)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	67	65	67	51.5	9.33	3.84	0.05	1	+
لا	36	35	36	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 65% التلاميذ الذين أجابوا بوجود مركبات وملاعب جوارية أما نسبة 35% فتمثل فئة التلاميذ الذين أجابوا بعدم وجود المركبات الرياضية ومن خلال مقارنة ك^2 المحسوبة (9.33) و ك^2 المجدولة (3.84) يتبين لنا أنه توجد فروق فردية بين فئتي التلاميذ.

تفسير النتائج:

تبين النتائج المتحصل عليها أن التلاميذ الذين أجابوا بوجود مركبات رياضية هم من المدينة أو منخرطون في جمعيات ونوادي رياضية مكنتهم من الاطلاع ومعرفة هذه المركبات والملاعب.أما الذين قالوا لا توجد فهذا راجع لكونهم غير مطلعين على مكان تواجدها أو أنهم يسكنون في مناطق معزولة أو مناطق لا توجد بها مركبات رياضية.

أ- إذا كانت الإجابة بنعم: هل هي كافية؟

الجدول رقم (14)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	20	19.4	20	33.5	10.88	3.84	0.05	1	+
لا	47	45.6	47	33.5					
المجموع	67	65	67	67					

تحليل الجدول:

تبين نسبة 19.4% التلاميذ الذين أجابوا بنعم على كفاية المركبات الرياضية، بينما تمثل نسبة 45.6% التلاميذ الذين أجابوا عكس ذلك، ومن خلال الدراسة الإحصائية يتبن لنا أنه توجد فروق بين الفئتين وذلك تثبته المقارنة بين $ك^2$ المحسوبة و $ك^2$ المجدولة حيث أن $ك^2$ (10.88) اكبر من $ك^2$ المجدولة (3.84) ومنه توجد دلالة إحصائية.

تفسير النتائج:

تمثل نسبة 19.4% من التلاميذ الذين يرون أن المركبات الرياضية كافية التلاميذ الذين يمارسون رياضات من النوع الذي لا يعتمد على المنشئات والمركبات الرياضية بدرجة كبيرة أي لا يمكنان نجد أو نصادف الكتظاظ في هذه الأخيرة مثل رياضات ألعاب القوى ...إلخ. في حين تمثل نسبة 45% التلاميذ الذين يرون هذه المركبات غير كافية لأنهم يميلون إلى ممارسة الانشطة الرياضية الأكثر شعبية على سبيل المثال كرة القدم فمهما وفرنا من هذه الملاعب فغنها تبقى غير كافية أمام الفئة الجد واسعة المولعة بهذه الرياضة.

ب- كيف هي حالتها؟

الجدول رقم (15)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
جيدة	10	9.7	10	22.3	40.86	5.99	0.05	2	+
سيئة	10	9.7	10	22.3					
مقبولة	47	45.6	47	22.3					
المجموع	67	65	67	67					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 9.7% التلاميذ الذين يرون بان حالة المركبات والمنشئات الرياضية في حالة جيدة بينما يرى ما نسبته 9.7% عكس ذلك ويستهدف هذا السؤال التلاميذ الذين أجابوا على السؤال رقم 11 بنعم. وتبين الدراسة الإحصائية عن وجود فروق بين الفئتين في تمايز أرائهما حول حالة المركبات والمنشئات الرياضية فـ ك^2 المحسوبة (40.86)أكبر من ك^2 المجدولة (5.99) ومنه توجد دلالة إحصائية.

تفسير النتائج:

التلاميذ الذين يرون أن المركبات الرياضية أو الملاعب الجوارية في حالة جيدة يمكن ان يكونوا منتمين على النوادي أو الجمعيات الرياضية ويفترض ان تكون المركبات والمنشئات الرياضية التابعة لها في حالة جيدة بفضل الرعاية المالية من طرف المؤسسات من جهة أو يكونوا حديث العهد بالمنشئات الرياضية أي أنهم غير محترفون. والتلاميذ الذين يرون المنشئات الرياضية في حلة سيئة يفترض فيهم أن يكونوا أولوا خبرة في هذا الميدان لأنهم اطلعوا على مختلف أنواع الخدمات التي تقدمها المركبات الرياضية، أما التلاميذ الذين كان تقييمهم بالمقبول بالنسبة للمركبات الرياضية فهم ينظرون بنظرة موضوعية للواقع الذي تتواجد فيه هذه المنشئات من تسيير وإدارة وتمويل مالي من أجل تجديد ما أتلف من أجزاء هذه المنشئات.

12 - هل يعرض برنامج يحدد الأصناف العمرية التي تستغل المركب الرياضي؟

الجدول رقم (16)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	34	33	34	51.5	11.89	3.84	0.05	1	+
لا	69	67	69	515					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تبين نسبة 33% التلاميذ الذين أجابوا بنعم بوجود برنامج يحدد أوقات استغلال هذه المركبات لكل فئة بينما أجاب ما نسبته67% عكس ذلك ومن خلال الدراسة الاحصائية لـ ك^2 لاختبار النتائج (صدقها وثباتها) وجد أن ك^2 المحسوبة (11.89) أكبر منٍ ك^2 المجدولة (3.84) توجد دلالة إحصائية.

تفسير النتائج:

لقد تباينت الآراء حول هذا السؤال فالاختلاف يعود إلى أن التلاميذ لا يترددون عند ممارستهم للنشاط البدني الرياضي المفضل لديهم على قاعة واحدة أو مركب واحد ومن هنا نفهم الاختلاف في التنظيم بالنسبة لكل مركب رياضي فهناك ما هو منظم وهناك ما هو في حالة إهمال، ففي الأول تعرض برامج الاستعمال لكل فئة عمرية حسب الوقت أما الثاني فهو عكس ذلك وهذا يعتبر عاملا أساسيا في توجيه التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي أو صرفهم عنه.

13 - هل يوجد عون أمن مكلف بغلق وفتح المركب الرياضي أثناء فترات استغلاله؟

الجدول رقم (17)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	59	57.3	59	51.5	11.89	3.84	0.05	1	
لا	44	42.7	44	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تبين نسبة 57.3% التلاميذ الذين أجابوا إجابة إيجابية (وجود عون أمن) أما نسبة 42.7% فأجابوا بلا. وإذا ما نظرنا إلى الدراسة الإحصائية فإنه توجد دلالة إحصائية بالنسبة للفئتين إذا ما قرنا بين نسبتي ك^2 المجدولة والمحسوبة.

تفسير النتائج:

يعتبر وجود عون أمن مكلف بغلق وفتح المركبات الرياضية عاملا ذو أهمية كبيرة في تسيير المركب وذلك للدور الذي يلعبه في الحفاظ على الهياكل الرياضية وحفظها من السرقة والإتلاف. كما ينظم عملية الممارسة الرياضية بتنظيم الممارسة حسب البرنامج المحدد لكل فئة من الفئات العمرية المختلفة. فالذين أجابوا بنعم بوجود عون امن ربما ينتمون أو يترددون على مركبات رياضية خاصة والذين أجابوا بالعكس يمكن أنهم يمارسون ن،ب،ر في المركبات الرياضية العمومية من جهة أو أنهم لا يعرفون هذا العون إطلاقا.

فعون الأمن المكلف بتنظيم الممارسة الرياضية لكل فئة حسب برنامجها يزيد من دافعية التلاميذ نحو الإقبال على هذه الأخيرة في حين ترك هذه المركبات تسير بصفة فوضوية فهذا يحرم التلاميذ من حقهم في الممارسة لإمكانية احتكار هذه المركبات من طرف الأكابر.

14- هل تتوفر المركبات الرياضية على جناح للإسعافات الأولية؟

الجدول رقم (18)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	28	27.2	28	51.1	21.44	3.84	0.05	1	+
لا	75	72.8	75	51.1					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 27.2% نسبة التلاميذ الذين أجابوا بنعم بوجود جناح الإسعافات الأولية في حين نجد نسبة 72.8% من التلاميذ أجابوا بلا. ومن خلال الجدول يظهر أنه توجد دلالة إحصائية بين الفئتين لأن ك^2 المحسوبة(21.44) أكبر من ك^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

كما اشرنا سابقا فإن حالة المركبات الرياضية الخاصة تكون في حالة جيدة وهذا راجع للرعاية المالية لتغطية حاجياتها وهذا ما جعل ما نسبته 27.2% يجيبون بوجود جناح للإسعافات الأولية لأنهم منخرطون في هذا النوع من المركبات هذا من جهة أو قد تكون هذه المركبات حديثة الإنشاء وهذا ما جعلها مزودة بهذه الخدمات.أما الذين أجابوا بنعم فهم الطبقة العامة من التلاميذ الذين هم غير منخرطون في النوادي والجمعيات ويكتفون بممارسة ن،ب،ر بمفردهم أو مع أصدقائهم في المركبات الرياضية العامة وهذه بالطبع تجعل المركب الرياضي يتعرض للإهمال وإتلاف هياكلها. وهنا نشير أن هذا العامل (الإسعافات الأولية)يعتبر جد هام في جعل المراهقين يقبلون على ممارسة ن،ب،ر لأنهم يجعلهم يشعرون بالأمان والتخلص من الخوف الذي ينتابهم من الإصابة.

15- ما هو الوقت الذي يناسبك لممارسة النشاط البدني الرياضي؟

الجدول رقم (19)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
الفترة الصباحية	08	7.8	08	25.8	44.76	7.81	0.05	3	+
الفترة المسائية	52	50.5	52	25.8					
حسب أوقات الفراغ	29	28.2	29	25.8					
نهاية الأسبوع	14	13.6	14	25.8					
المجموع	103	100	100	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 7.8% التلاميذ الذين تناسبهم الفترة الصباحية لممارسة ن،ب،ر بينما تمثل نسبة 50.5% التلاميذ الذين تناسبهم الفترة المسائية، بينما تمثل نسبة 28.2% التلاميذ الذين يمارسون النشاط البدني حسب أوقات الفراغ، وتمثل نسبة 13.6% التلاميذ الذين يمارسونها في نهاية الأسبوع، ومن خلال الجدول يظهر أنه توجد دلالة إحصائية بين الفئتين لأن كا^2 المحسوبة(44.76) أكبر من كا^2 المجدولة (7.81).

تفسير النتائج:

ترجع النسبة المنخفضة بالنسبة للتلاميذ الذين يمارسون ن،ب،ر في الفترة الصباحية كون أن التلاميذ في غالب الأحيان يتمدرسون في الفترة الصباحية وبالتالي لن يكون لديهم وقت فراغ لممارسة ن،ب،ر، كما تعود هذه النسبة على وجود بض التلاميذ المنخرطين في النوادي والجمعيات كما يمكنهم ممارسة الـ ن،ب،رفي الفترة الصباحية في نهاية الأسبوع. أما فيما يخص الذين يمارسون ال:ن،ب،ر في الفترة المسائية فهذا راجع لتوفر وقت الفراغ في غالب الأحيان في المساء وبالتالي يمكن

للتلاميذ ممارسة ال: ن،ب،ر كما نشير هنا إلى ان النوادي والجمعيات الرياضية تباشر عملها الرياضي في المساء. وهذا ما يجعل الانخراط في هذه الخيرة ممكن. في حين يرجع السبب في ممارسة أل: ن،ب،ر في أوقات الفراغ فهذا يعود إلى تذبب توقيت الدراسة والتالي الحل الأنسب للتلاميذ هو تحين فرص وقت الفراغ للممارسة النشاط البدني الرياضي المفضل لديهم. والنسبة المتبقية تمثل التلاميذ الذين يمارسون الرياضة في نهاية الأسبوع وذالك لعدم استطاعتهم ممارسة ن،ب،ر في الأوقات الأخرى وقد يمارس هؤلاء التلاميذ ن،ب،ر مع الأهل.

16 - في نضرك ما هي الفئة الأكثر استغلالا للمركبات الرياضية؟

الجدول رقم (20)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
أصاغر أقل من 14سنة	08	7.8	08	25.8					
أواسط 15إلى18سنة	48	46.6	48	25.8					
أكابر أكثر من 18 سنة	42	40.8	42	25.8	85.43	7.81	0.05	3	+
الكهول	05	4.9	05	25.8					
المجموع	103	100	1003	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 7.8% فئة الأصاغر (الأقل من14سنة)، التي تستغل المركبات الرياضية، في حين نجد نسبة 46.6% هي نسبة الأواسط (15إلى 18سنة)، بينما تمثل نسبة 40.8% فئة الأكابر (أكثر من18سنة)، وفي الأخير تمثل نسبة 4.9% فئة الكهول. وفيما يخص الدراسة الإحصائية فإن كا^2 المجدولة (7.81) أقل من كا^{2}المحسوبة (85.43) ومنه نقول أنه توجد دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05.

تفسير النتائج:

تمثل كل من فئة الأواسط والأكابر الفئتين الأكثر استعمالا للمركبات الرياضية وهذا يرجع إلى الحالة التي يكون فيها المراهق في هذه المرحلة من العمر حيث تكون نزعة التملك سائدة فيه كما يحب الظهور وتحقيق الذات كما تكون في هذه المرحلة النزعة إلى اختراق القوانين من طرف المراهق، مثلا عدم احترام التواقيت الخاصة بكل فئة. فيستحوذ على كل الأوقات التي يراها مناسبة له وهنا نخلص إلى القول أن مثل هذه التصرفات وعدم إعطاء فرصة للأطفال قد ينعكس سلبا على نظرة الأطفال من

الن،ب،ر وهذا ما يجرهم إلى الصدود عنه بسبب الاضطهاد من طرف المستويات الأخرى.

17- هل تُقام دورات رياضية في الحي الذي تسكن فيه؟

الجدول رقم (21)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	49	47.6	49	51.5	0.24	3.84	0.05	1	-
لا	54	52.4	54	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 47.6% التلاميذ الذين أجابوا بان هناك دورات رياضية تقام في الحي الذي يسكنون فيه، وأجاب ما نسبته 52.4% من التلاميذ بعدم وجود دورات رياضية تقام في الحي الذي يسكنون فيه. كما نشير هنا أن القرار الإحصائي هو سلبي لأن كا^2 المجدولة (0.24) أكبر من كا^2 المحسوبة (3.84) وبالتالي لا توجد دلالة إحصائية بين الذين أجابوه بنسبة نعم ولا وإنما الاختلاف يرجع للصدفة.

تفسير النتائج:

تلعب الدورات الرياضية دورا كبيرا في استقطاب المراهقين لممارسة ن.ب.ر. فالإجابات المتحصل عليها في الجدول تبين ان المهتمين من المراهقين بممارسة ن.ب.ر. كانت إجابتهم بنعم ،و ذلك لأنهم منخرطون في الدورات التي تقوم بها الجمعيات والنوادي الراضية ،هذا خارج المدرسة ،أما في المدرسة فتنظم من طرف أستاذ ت.ب.ر. كما يجب ان نشير هنا أننا نستهدف بهذا السؤال ما إذا كانت البيئة الاجتماعية تساعد على ممارسة النشاط البدني الرياضي أو تقف عائقا أمامه .

- إذا كانت الإجابة بنعم: هل تشارك فيها؟

الجدول رقم (22)

القرار الإحصائي	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاف تربيع المجدولة	كاف تربيع المحسوبة	التكرار المتوقع	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	1	0.05	3.84	12.75	24.5	37	35.9	37	نعم
					24.5	12	11.7	12	لا
					49	49	47.6	49	المجموع

تحليل الجدول:

هناك نسبة 53،9% من الطلبة الين أجابوا بأنهم يشاركون في هذه الدورات ،في حين أجاب ما نسبته11.7% بأنهم لا يشاركون في هده الدورات.و من خلال الدراسة الإحصائية المبينة في الجدول يتبين انه توجد دلالة إحصائية بين فئتي التلاميذ، و هذا تثبته النتائج أعلاه بحيث أن كا^2 المحسوبة (12.75) اكبر من كا^2 المجدولة (3.84) .

تفسير النتائج:

يستهدف هذا الجدول التلاميذ الذين أجابوا على السؤال السابع عشر، والذين أجابوا بوجود مركبات و منشئات رياضية فكما ذكرنا سابقا ان الدورات الرياضية تستقطب المراهقين و خاصة الذكور منهم، و ذلك يعود لما تتميز به من ميزات بإمكانها تلبية مطالب المراهق: من تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي، تحقيق الجسم السليم، كما ان التلاميذ الذين يشاركون في الدورات الرياضية لديهم خلفية رياضية تعود إلى الجو الأسري من جهة و المحيط من جهة أخرى، حيث تشجع هذه الأخيرة المراهق على ممارسة ن،ب،ر.

18- هل توجد نوادي أو جمعيات رياضية في حيك؟

الجدول رقم (23)

القرار الإحصائي	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاف تربيع المجدولة	كاف تربيع المحسوبة	التكرار المتوقع	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	1	0.05	3.84	7.07	51.5	38	36.9	38	نعم
					51.5	65	63.1	65	لا
					103	103	100	103	المجموع

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 36.9% التلاميذ الذين أجابوا بوجود نوادي وجمعيات رياضية في الحي الذي يسكنون فيه بينما تمثل نسبة 63.1% عكس ذلك. ومن خلال الدراسة الإحصائية التي أجريت باستعمال اختبار كا^2 يتبين لنا أنه توجد دلالة إحصائية بين التلاميذ الذين أجابوا بنعم والذين أجابوا بلا لأننا نلاحظ من الجدول أن كا^2 المحسوبة (7.07) أكبر من كا^2 المجدولة (3.84) لذا نخلص إلى القول أنه توجد دلالة إحصائية.

تفسير النتائج:

يمثل توفر كل من النوادي والجمعيات الرياضية في الأحياء والمدن عاملا أساسيا يستقطب المراهقين لممارسة ن.ب.ر، فنقصها يكون حائل دون ممارسة النشاط البدني الرياضي وذلك لكون هذه الأخيرة تختزل عدة مشاكل وعوائق تحيط بالقطاع الرياضي مثل ذلك الظروف المناخية،الإمكانيات المادية الفردية وقد تعود الإجابات المتحصل عليها في الجدول (لا توجد نوادي وجمعيات رياضية) إلى كون أن هؤلاء التلاميذ من مناطق ريفية أو معزولة لا تتوفر بها مثل هذه المرافق. والذين أجابوا بنعم هم المنخرطون في النوادي والجمعيات الخاصة أو أنهم يسكنون في المدن.

- إذا كانت الإجابة بنعم: هل أنت منخرط في إحداها؟

الجدول رقم(24)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	21	20.4	21	19	0.24	3.84	0.05	1	-
لا	17	16.5	17	19					
المجموع	38	36.9	38	38					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 20.4% التلاميذ الذين هم منخرطون فعلا في هذه النوادي والجمعيات الموجودة في أماكن سكناهم كما تمثل نسبة 16.5% التلاميذ الذين هم غير منخرطون. ويتبين من خلال الجدول أنه لا توجد دلالة إحصائية بين الإجابتين عند مستوى الدلالة 0.05.

تفسير النتائج:

يستهدف هذا السؤال التلاميذ الذين أجابوا بنعم على السؤال رقم 18 فالتلاميذ المنخرطون في الجمعيات و النوادي الرياضية يقطنون في المدن التي تتوفر بها هذه المرافق، كما تعود نسبة 16.5% من التلاميذ الذين يعزفون عن الانضمام إلى هذه الجمعيات والنوادي إلى قلة الوعي الرياضي لأهمية هذه المرافق من جهة أو الإمكانيات لا تسمح بالانخراط فيها كما يمكن أن نقول أن هذه المرافق لا تتوفر على الرياضة أو النشاط الذي يفضله التلميذ.

19 - إذا لم تجد مكان لممارسة النشاط البدني الرياضي المفضل لديك ماذا تفعل؟

الجدول رقم(25)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
ممارسة العاب الفيديو	63	61.2	63	25.8					
المطالعة	12	11.7	12	25.8					
ممارسة ألعاب فكرية	17	16.5	17	25.8	72.65	7.81	0.05	3	+
أشياء أخرى	11	10.7	11	25.8					
المجموع	103	100	100	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 61.2% التلاميذ الذين يميلون إلى ممارسة ألعاب الفيديو في حالة انعدام مكان لممارسة ن.ب.ر في حين تمثل 11.7% نسبة التلاميذ الذين يفضلون المطالعة في وقت فراغهم بدل النشاط البدني الرياضي أما نسبة 16.5% فتمثل التلاميذ الذين يفضلون ممارسة الألعاب الفكرية كبديل لـ ن.ب.ر والنسبة المتبقية من التلاميذ يمارسون نشاطات مختلفة. ويتبين من الجدول أنه توجد دلالة إحصائية بين هذه النتائج حيث أن كا^2 المحسوبة (72.65) أكبر كا^2 من المجدولة (7.81)

تفسير النتائج:

تصبح ممارسة ألعاب الفيديو كبديل حتمي للتلاميذ المراهقين عند مواجهتهم للعوائق والعراقيل التي تحول بينهم وبين ممارسة النشاط البدني الرياضي. فبالنظر إلى ما تتميز به ألعاب الفيديو من عناصر الإثارة والتشويق ومحاكاة الواقع، المغامرة بصفة

عامة فإنها تتميز بكل ما يتميز به ن.ب.ر تقريبا. في حين نجد التلاميذ الذين يفضلون المطالعة والألعاب الفكرية أنهم غير مهتمين بهذا النوع من الألعاب وذلك لأسباب : لا يتقنون ممارستها، لا يمتلكون الأجهزة والوسائل التي تمارس من خلالها ...إلخ. ونخلص إلى القول أن ألعاب الفيديو ففي هذا السؤال تعتبر كمنافس حقيقي للـ ن.ب.ر

20 - أيهما تفضل ممارسته في وقت الفراغ؟

الجدول رقم(26)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
ألعاب الفيديو	23	22.3	23	51.5	31.54	3.84	0.05	1	+
النشاط البدني و الرياضي	80	77.7	80	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 22.3% التلاميذ الذين يفضلون ممارسة ألعاب الفيديو كما تمثل نسبة 77.7% التلاميذ الذين يفضلون ممارسة ن.ب.ر كما يجب أن نشير هنا إلى أنه توجد دلالة إحصائية بين النتيجتين بالرغم من الفرق الكبير الموجود بينهما. وهذا تثبته المقارنة بين نتيجتي كا^2 المحسوبة والمجدولة فمن الجدول نلاحظ أن كا^2 المحسوبة (31.54)أكبر من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

بالرغم من أن نسبة التلاميذ الذين يفضلون ممارسة ألعاب الفيديو أقل بكثير من التلاميذ الذين يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي إلا أن تأثير ألعاب الفيديو واضح لكون أن الدراسة الإحصائية تثبت وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 فمن المفروض نجد كل التلاميذ يفضلون ممارسة ن.ب.ر إلا أنه ونظرا للتأثير الذي تمارسه ألعاب الفيديو على المراهقين تجعلهم أكثر انجذابا إليها وهذا ما يحد إلى حد ما من ممارسة ن.ب.ر ويجب أن نشير هنا إلى أن ألعاب الفيديو أصبحت تهدد مستقبل ن.ب.ر حيث صارت كعائق من العوائق المعروفة سابقا.

- إذا كانت الإجابة بألعاب الفيديو:

أ- ما هو نوع ألعاب الفيديو المفضلة لديك؟

الجدول رقم(27)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
ألعاب حربية	32	31.1	32	17.2	52.47	11.07	0.05	6	+
ألعاب السباق	6	5.8	6	17.2					
ألعاب ألغاز	1	1.0	1	17.2					
ألعاب قتالية	16	15.5	16	17.2					
ألعاب رياضية	34	33.0	34	17.2					
لا يفضل أي لعبة	14	13.6	14	17.2					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تبين النتائج المذكورة أعلاه أن ما نسبته 34% من التلاميذ يفضلون ممارسة الألعاب الحربية بينما نجد نسبة 6% يمارسون ألعاب السباق في حين تكاد نسبة التلاميذ الذين يمارسون ألعاب الألغاز تنعدم (1%) لنصل إلى نسبة 16% يفضلون ممارسة الألعاب القتالية وأخيرا وهي النسبة الأكبر بين النسب (34%) تمثل نسبة التلاميذ الذين يفضلون ممارسة ألعاب الفيديو الرياضية، كما نلاحظ من الجدول وجود دلالة إحصائية بين النتائج المتحصل عليها.

تفسير النتائج:

يفضل التلاميذ الذكور ممارسة ألعاب الفيديو الحربية والقتالية لأن هذا راجع للنمط الشخصي الذي يتميز به الذكر عن الأنثى كما نلاحظ نسبة 1% من ألعاب الألغاز تمارس من طرف الذكور لأن هذا النوع من الألعاب مفضل لدى البنات وتعود النسبة الأكبر في النتائج إلى تفضيل ممارسة الألعاب الرياضية وذلك محاولة من المراهقين تعويض الجانب الرياضي الذي لم يستطيعوا أن يحققوه في الواقع بسبب الوقت غير المناسب، المنشئات والمركبات الرياضية غير متوفرة أو غير الكافية، كما يعود السبب كذلك إلى محاكاة هذا النوع من الألعاب للواقع المعاش في الملاعب والمضامير.

ب- هل تجد متعة في ممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم(28)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	74	71.8	74	44.5	39.11	3.84	0.05	1	+
لا	15	14.8	15	44.5					
المجموع	89	88.4	89	89					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 71.8% التلاميذ الذين يجدون متعة في ممارسة ألعاب الفيديو. في حين تمثل نسبة 14.8% التلاميذ الذين لا يجدون المتعة في ممارسة ألعاب الفيديو ومن خلال استعراض الدراسات الإحصائية في الجدول المبين أعلاه يتبن لنا أنه توجد دلالة إحصائية بين فئتي التلاميذ وذالك ما نجده في نتائج الجدول أعلاه عند المقارنة بين نتائج كا^2 لكل من كا^2 المحسوبة (39.11) و كا^2 المجدولة (3.84) .

تفسير النتائج:

تستهوي ألعاب الفيديو الكثير من المراهقين وذالك بسبب المتعة التي توفرها لهم عند ممارستها وهذا ما يجعل الإقبال على هذه الأخيرة كبير حتى تصل بالأحد منهم إلى الإدمان، وهذا ما يجعل ممارسة ألعاب الفيديو تحد من مجال ممارسة ن.ب.ر في وقت الفراغ، وتجد بنا الإشارة إلى أن الجانب الجمالي ، وصفة التجديد التي نجدها في ألعاب الفيديو هي التي تجعل منها بديل في كثير من الأحيان للنشاط البدني الرياضي وخاصة عند تعدد العوائق التي تحول دون ممارسة هذا الأخير

ج- إذا كانت الإجابة بنعم: هل يعود ذلك إلى:

الجدول رقم (29)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
عنصر التشويق	19	18.4	19	18.5					
الاثارة	35	34.0	35	18.5					
المغامرة	18	17.5	18	18.5	29.45	7.81	0.05	3	+
شيء اخر	2	1.9	2	18.5					
المجموع	74	71.8	74	74					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 34% التلاميذ الذين يجدون المتعة في ألعاب الفيديو بسبب الإثارة، وتمثل نسبة 18.4%التلاميذ الذين يرون المتعة في عنص التشويق الذي تتميز به العاب الفيديو، كم يرى ما نسبته 17.5% من التلاميذ ان المتعة في ألعاب الفيديو تكمن في عنصر المغامرة، ولا يرى سوى 1.9% من التلاميذ أن المتعة تكمن في أشياء أخرى. ومن خلال الدراسة الإحصائية للنتائج نلاحظ أنه توجد دلالة إحصائية بين هذه الفئات الأربع لا، كا^2 المحسوبة (29.45) أكبر من كا^2 المجدولة (7.81).

تفسير النتائج:

يتبين من خلال هذا السؤال الأسباب الرئيسية التي تجعل ألعاب الفيديو أكثر جاذبية ومتعة بالنسبة لممارسيه فهي توفر عنصر التشويق للاعب ونجد هذا في الألعاب التي تتضمن انجاز مهمات مثل الألعاب الحربية ألعاب المتاهات، كما تتضمن بعض العاب الفيديو عنصر الإثارة وهو ما نجده في ألعاب التي تتضمن السلاح والقنابل والحروب بين المتقاتلين مثل لعبة حرب الخليج. في حين نجد أن عنصر المغامرة يتواجد في الألعاب التي تتضمن عملية إنقاذ معينة. وتعتبر هذه العناصر عناصر مفضلة لدى

المراهقين خاصة في هذه المرحلة و ما تتميز به من حب تحقيق الذات و حب الانتصار والمغامرة و الميل إلى ركوب الخطر، وهذه كلها موجودة في ألعاب الفيديو.

21- هل تعتبر ممارسة ألعاب الفيديو بديل جيد لممارسة النشاط البدني الرياضي؟

الجدول رقم (30)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	30	29.1	30	51.5	17.95	3.84	0.05	1	+
لا	73	70.9	73	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 29.1% التلاميذ الذين يعتبرون ألعاب الفيديو كبديل لممارسة.ب.ر، بينما تمثل نسبة 70.9% التلاميذ الذين أجابوا بعكس ذلك. ومن خلال الدراسة الإحصائية للنتائج نلاحظ أنها توجد دلالة إحصائية بين النتيجتين وذلك لان كا^2 المحسوبة(17.95) أكبر من كا^2 المجدولة(3.84) .

تفسير النتائج:

بالرغم من ان نسبة التلاميذ الذين يعتبرون العاب الفيديو كبديل للنشاط البدني الرياضي بمقارنتها مع نسبة التلاميذ الذين يرون عكس ذلك. فان هذه النتيجة (29.1) لايمكن إهمالها أمام نسبة(70.9) لأنه توجد دلالة إحصائية بين النتيجتين ومن هنا يتبين لنا مدى درجة تأثير الذي تركته ألعاب الفيديو في أوساط المراهقين وهذا راجع إلى الميزات التي تتميز بها هذه الأخيرة والتي ذكرناها سابقا.

22 - ماذا تمثل لك ممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم(31)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
هواية	8	7.8	8	25.8	54.94	7.81	0.05	3	+
ترفيه	57	55.3	57	25.8					
تنمية الذكاء	15	14.6	15	25.8					
مضيعة للوقت	23	22.3	23	25.8					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة7.8% التلاميذ الذين يرون ان العاب الفيديو لا تعدو ان تكون هواية، كما تمثل نسبة 57% التلاميذ الذين يرون ان العاب الفيديو عبارة عن ترفيه، بينما تمثل ما نسبته 14.6% التلاميذ الذين تساعدهم العاب الفيديو على تنمية ذكاءهم والنسبة المتبقية تمثل التلاميذ الذين يرون ألعاب الفيديو عبارة عن مضيعة للوقت، وتبين الدراسة الإحصائية انه توجد دلالة إحصائية بين النتائج وذلك لان كا^2 المجدولة (7.81)أقل من كا^2 المحسوبة (54.94) .

تفسير النتائج:

تختلف آراء التلاميذ (المراهقين) حول العاب الفيديو ،فهناك من يراها هواية و نفهم من هذه الصفة ان هذه الفئة متعلقة جدا بالعاب الفيديو ،و يمكن ان تصل إلى درجة الإدمان وهذا الصنف يظهر انه يمارس العاب الفيديو بدرجة كبيرة، في حين ان المراهقين الذين يرون ان العاب الفيديو عبارة عن ترفيه فهم اقل تعلقا من الصنف الأول ،و هذا أنهم يمارسونها بدرجة اقل و هذا الصنف يمثل النسبة الأكثر شيوعا في أوساط المراهقين و ذلك لأن ممارسة هذه الأخيرة تتطلب إمكانيات معينة سنذكرها في

الجداول السابقة، و تبقى نسبة من التلاميذ غير مهتمين بهذه الأخيرة كونهم يملئون وقت فراغهم بممارسة نشاطات أخرى ،ولتكن النشاطات الرياضية على سبيل المثال.

23- في حالة قلة المركبات الرياضية، هل تعوضك ألعاب الفيديو عن ممارسة النشاط البدني الرياضي؟

الجدول رقم(32)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	43	41.7	43	51.5	2.80	3.81	0.05	1	-
لا	60	58.3	60	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 41.7% التلاميذ الذين أجابوا بنعم فيما يخص تعويض العاب الفيديو لممارسة النشاط البدني الرياضي في حالة قلة المركبات الرياضية ،في حين نجد نسبة 58.3% التلاميذ الذين أجابا بعكس ذالك، كما نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أنه لا توجد دلالة إحصائية بين الإجابتين السابقتين وذالك لأن كا^2 المحسوبة (2.80) أقل من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

من خلال النتائج يتبين لنا أن التلاميذ الذين يفضلون ممارسة العاب الفيديو و الذين متعلقون بها إلى درجة الإدمان ،أي أنها تملأ وقت فراغهم كله و في كل الفترات فهذا الصنف لا يهمه وجود القاعات من عدمها فهو لا يبالي بأهمية النشاط البدني الرياضي. بينما الذين هم منخرطون في النوادي و الجمعيات الرياضية و الذين يعيشون بين اسر ذات ثقافة رياضية لايعتبرون العاب الفيديو كبديل للنشاط البدني الرياضي حتى مع انعدام المركبات و القاعات الرياضية.

24- أمارس العاب الفيديو لأنها:

الجدول رقم(33)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
غير مرتبطة بمكان معين	6	5.8	6	25.8					
غير مرتبطة بوقت معين	28	27.2	28	25.8	37.62	7.81	0.05	3	+
غير مرتبطة بالظروف الطبيعية	20	19.4	20	25.8					
متوفرة على عدة اجهزة	49	47.6	49	25.8					
المجموع	103	103	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة5.8% التلاميذ الذين اختاروا ممارسة العاب الفيديو لأنها غير مرتبطة بمكان محدد في حين 28% من التلاميذ يميلون لممارسة العاب الفيديو لأنها غير مرتبطة بوقت محدد، في حين تمثل 20% نسبة التلاميذ الذين يفضلون ممارسة العاب الفيديو لأنها غير مرتبطة بالظروف الطبيعية و النسبة الأكبر من هذه النسب هي فئة التلاميذ اختاروا ممارسة العاب الفيديو لأنها متوفرة على عدة أجهزة، وبإجراء الدراسة

الإحصائية على هذا الجدول باستعمال اختبار كا^2 نلاحظ انه توجد دلالة إحصائية بين هذه النتائج حيث ان كا^2 المحسوبة(37.62) اكبر من كا^2 المجدولة (7.81).

تفسير النتائج:

تتميز العاب الفيديو بعدة خصائص تجعلها منافسا شرسا للنشاط البدني الرياضي ففي الوقت الذي ترتبط فيه ممارسة ن.ب.ر. بمكان معين ووقت محدد و خاضع للظروف الطبيعية نجد ممارسة العاب الفيديو تختزل كل هذه الأمور فانه بإمكانك ممارستها في أي مكان، في القطار ،الطائرة ،السيارة،السرير ...الخ كما يمكنك ممارستها في كل الأوقات .،الليل ،النهار ..الخ،تمارسها أثناء سقوط المطر ،في حر الصيف و كما ممارسة النشاط البدني الرياضي مرتبطة بالقاعات و المركبات الرياضية تتوفر العاب الفيديو على عدة وسائط تجعل منها بضاعة سهلة الوصول إلى مستهلكيها(المراهقين).

و أمام هذه الإمتيازات اللامتناهية لألعاب الفيديو يزداد وضع النشاط البدني الرياضي تأزما.

25 - كم من الوقت تقضيه في ممارسة ألعاب الفيديو في اليوم؟

الجدول رقم(34)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
أقل من ساعة	60	58.3	60		30.54	5.99	0.05	2	+
أكثر من ساعتين	27	26.2	27						
أكثر من أربعة ساعات	16	15.5	16						
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة59.3% من التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو اقل من ساعة في حين نجد 26.2% من التلاميذ يمارسون العاب الفيديوأكثر من ساعتين و نجد النسبة المتبقية(14.6%)التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو أكثر من أربع ساعات.

توجد دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 005 ،حيث كا^2 المجدولة(5.99) اقل من كا^2 المحسوبة (73.89).

تفسير النتائج:

يمثل الصنف الأول النسبة الأكبر بين أوساط التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو اقل من ساعة فهم غير مرتبطين بها كثيرا أي يمارسونها متى سنحت لهم الفرصة هذا الصنف لا تؤثر العاب الفيديو في برنامجه المتعلق ب: ن.ب.ر.،أما الصنف الثاني فهم بين الإدمان و عدمه فأحيانا لا يمارسون و أحيانا يمارسون أكثر من ساعتين و هذا الصنف له برنامج مذبذب،أما التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو أكثر من أربع

ساعات فهم الذين تستهدفهم دراستنا فهذا الصنف وصل به الحد إلى درجة الإدمان على ممارسة العاب الفيديو فهي تحده عن ممارسة النشاط البدني الرياضي لأنهم يقضون أكثر من أربع ساعات مع وسائط الفيديو.

26- هل تجد صعوبة في التوقف عن ممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (35)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	31	30.1	31	51.5	16.32	3.84	0.05	1	+
لا	72	69.9	72	51.5					
المجموع	103	100	100						

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 30.1% من التلاميذ كانت إجابتهم بأنهم يجدون صعوبة في التوقف عن ممارسة العاب الفيديو أما نسبة 69.9% فهم الذين لا يجدون صعوبة في التوقف عن ممارسة العاب الفيديو متى شاءوا.كما نلاحظ انه توجد دلالة إحصائية بين النتائج لأن اختبار كا^2 المستعمل في اختبار النتائج يثبت ذلك لأن كا^2 المحسوبة(16.32) اكبر من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

بالرغم من ان نسبة التلاميذ الذين يجدون صعوبة في ممارسة العاب الفيديو قليلة مقارنة مع الذين لا يجدون صعوبة في التوقف عنها فانه لا يمكننا إلغاؤها لأنه توجد دلالة إحصائية أثبتها اختبار كا^2 و بالتالي فهذه الفئة من التلاميذ هي التي استقطبتها العاب الفيديو بشكل كبير (الإدمان) ،وهذه الفئة هي التي تؤثر عليها العاب الفيديو و تحدها من ممارسة النشاط البدني الرياضي. في حين النسبة الكبيرة من التلاميذ الذين لم تستقطبهم العاب الفيديو فإنهم لا يجدون صعوبة في التوقف عنها لأنهم منخرطون في الجمعيات و النوادي الرياضية ،أو يعيشون في أوساط أسرية ذات ثقافة رياضية .

27- إلى أي مدى أنت متعلق بلعبة الفيديو؟

الجدول رقم (36)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
بدرجة قليلة جدا	19	18.4	19	25.8	25.97	7.81	0.05	3	+
بدرجة قليلة	20	19.4	20	25.8					
بدرجة متوسطة	48	46.6	48	25.8					
بدرجة كبيرة جدا	16	15.5	16	25.8					
المجموع	103	100	100	103					

تحليل الجدول:

تبين نسبة 18.4% من التلاميذ متعلقون بالعاب الفيديو بدرجة قليلة جدا في حين نجد نسبة19.4% من التلاميذ متعلقون بها بدرجة قليلة في حين نجد نسبة 46.6% متعلقون بها بدرجة متوسطة،النسبة المتبقية(15.5%) متعلقون بها بدرجة كبيرة جدا.و يبين اختبار $كا^2$ انه توجد دلالة إحصائية بين هذه النتائج فهذا ما تبينه المقارنة بين النتائج المتحصل عليها ل $كا^2$ ف $كا^2$ المحسوبة(25.97) اكبر من $كا^2$ المجدولة (7.81).

تفسير النتائج:

تبين النتائج المتحصل عليها ان الفئة الأكثر تأثرا بالعاب الفيديو هي الفئة الرابعة في الجدول وهي الفئة التي تتعلق بممارسة العاب الفيديو بدرجة كبيرة جدا ونهم الذين يمارسونها إلى درجة الإدمان وهذا الصنف لا يمارس النشاط البدني الرياضي بشكل منتظم أو أنهم لا يمارسون مطلقا في حين نجد الصنف المتعلق بالعاب الفيديو بدرجة

متوسطة يمارسها أكثر من ساعتين في السؤال 25 ،و هذا الصنف له برنامج مذبذب في ممارسته للنشاط البدني الرياضي،أما الصنف الثالث و الرابع فهم غير متعلقون بالعاب الفيديو و إنما يمارسونها من اجل الترفيه أو عندما يكون لديهم وقت فراغ ثانوي و هذا الصنف نجده في السؤال (21) ،(23) وهم الذين أجابوا ب لا، و هذا الصنف لا تستحوذ العاب الفيديو على الكثير من وقته.

28- هل تمتلك جهاز كمبيوتر؟

الجدول رقم (37)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	58	56.3	58	51.5	1.64	3.84	0.05	1	-
لا	45	43.7	45	51.5					
المجموع	103	100	100	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة56.3% التلاميذ الذين يمتلكون أجهزة حاسوب.أما نسبة 43.7% فتمثل التلاميذ الذين لا يمتلكون حواسيب و من خلال الجدول نلاحظ انه لا توجد دلالة إحصائية بين النتائج لأن كا^2 المحسوبة (1.64)اقل من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

يستهدف هذا السؤال معرفة الذين يمتلكون حاسوب من الذين لا يمتلكون .لان الحاسوب يمكن ممارسة العاب الفيديو من خلاله،كما يمكن للتلاميذ ممارسة العاب الفيديو في الوسائط الأخرى و هذا ما سنعرفه لاحقا.

- إذا كانت الإجابة بنعم: هل تجيد استعماله؟

الجدول رقم (38)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	61	59.2	61	51.5	3.5	3.84	0.05	1	+
لا	42	40.8	42	51.5					
المجموع	103	100	100	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 59.2% من العينة المدروسة الذين يجيدون استعمال الحاسوب في حين نجد 40.8% عكس ذلك و من خلال الجدول نلاحظ انه لا توجد دلالة إحصائية بين النتائج و إنما يعود ذلك إلى الصدفة،تثبت ذلك نتائج اختبار كا^2 ،ف كا^2 المحسوبة (3.5)اقل من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

بالرغم من انه في الجدول 38 كانت نسبة الذين يمتلكون الحاسوب 59.2% إلا ان الذين يجيدون استعماله أكثر من ذاك و هذا يعني انه يمكن للتلاميذ تعلم التعامل مع الحاسوب في مقاهي الأنترنت و مع الأصدقاء و في المدرسة دون ان يمتلكوه في البيت. وهذه الفئة يمكنها ممارسة العاب الفيديو على هذا الوسيط وهذا ما سنراه في السؤال اللاحق.

29 - هل تمارس ألعاب الفيديو في الحاسوب؟

الجدول رقم (39)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	62	60.2	62	51.5	4.28	3.84	0.05	1	+
لا	41	39.8	41	51.5					
المجموع	103	100	100	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 60.2% التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو من خلال الحاسوب بينما تمثل نسبة39.8% التلاميذ الذين لا يمارسون العاب الفيديو في الحاسوب .من الجدول نلاحظ انه توجد دلالة إحصائية بين النتائج لأن كا^2 المحسوبة(4.28) اكبر من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

يعتبر الحاسوب كوسيط ممتاز لممارسة العاب الفيديو بحيث يتميز بخصائص جد متطورة تمكنه من التعامل و تشغيل احدث برامج الألعاب كما يحتوي هذا الأخير على تكنولوجيا تمكن التلميذ من اللعب بعدة أشكال كما تحاكي الألعاب الممارسة في الحاسوب الواقع حتى يخيل له أنها حقيقة و هذا ما يجعله أكثر جاذبية و استقطابا للمراهقين بصفة خاصة و الشرائح الأخرى بصفة عامة في حين نجد ان الصنف الثاني الذي لا يمارس العاب الفيديو في الحاسوب هو الذي لا يجيد استعماله أو لا يمتلكه و يجب ان نشير هنا إلى ان الصنف الأول(الممارس)يمكن ان يتأثر بالعاب الفيديو فيما يخص ملئ وقت فراغه و هذا ما يؤثر على ممارسة النشاط البدني الرياضي

30 – إذا كانت الإجابة بنعم: مع من تمارس ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (40)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
بمفردك	35	34.00	35	20.7	19.00	5.99	0.05	2	+
مع أصدقائك	20	19.40	20	20.7					
الأهل	07	6.8	07	20.7					
المجموع	62	80.20	62	62					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 34% التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو بمفردهم ،أما نسبة 19.40% فتمثل التلاميذ الذين يمارسون الألعاب الفيديوية مع أصدقائهم،و في الأخير نجد نسبة 6.8% التي تمثل أولئك الذين يمارسون العاب الفيديو برفقة أهلهم.ومن خلال الجدول نلاحظ انه توجد دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 005 ،حيث ان كا^2 المحسوبة (19) اكبر من كا^2 المجدولة.

-تفسير النتائج:

يمارس المراهقون العاب الفيديو مع الأصدقاء لأنهم يمارسونه على شكل منافسة من اجل تحقيق الذات و الشعور بلذة الانتصار فالمراهق يحصل على كل ما يريده من أصدقائه بالإضافة إلى ذلك يعتبر الأصدقاء كمحفز لممارسة الأنشطة الجماعية كما لا ننسى ان المراهق يكتسب شخصيته من أقرانه فغالبا ما يتأثر المراهق بتصرفات أصدقائه و هذا بالنسبة للمراهقين ذوي الطبع الإجتماعي أما الذين يمارسون ألعاب الفيديو بمفردهم فقد يعود السبب إلى كون هؤلاء التلاميذ ذوي الطبع المنطوي أو يميلون إلى ممارسة الأنشطة الفردية.في حين نجد ان التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو مع الأهل يعود إلى تشجيع الذي يلقونه من طرف الأسرة ،و هنا نشير إلى انه توجد اسر تمارس العاب الفيديو على حساب النشاط البدني الرياضي .

31- هل ترتاد على الأنترنت؟

الجدول رقم (41)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	72	85.4	72	51.5	16.32	3.84	0.05	1	+
لا	31	14.6	31	51.5					
المجموع	103	100	103	.10					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 85.4% التلاميذ الذين يرتادون على الأنترنت ،في حين تمثل نسبة 14.6% التلاميذ الذين لا يرتادون على الأنترنت.و نلاحظ ان كا^2 المحسوبة (16.32) اكبر من كا^2 المجدولة و منه نقول انه توجد دلالة إحصائية بين النتائج المتحصل عليها عند مستوى الدلالة 005.

-تفسير النتائج:

يستهدف هذا السؤال معرفة ما إذا كان التلاميذ يرتادون على قاعات الانترنت فالنسبة الإيجابية المتحصل عليها تبين انه بالرغم من ان ليس كل التلاميذ يمتلكون حواسيب(السؤال 28) إلا ان 85% منهم يرتادون على الانترنت هذا يعني أنهم يرتادونها بمفردهم أو مع أصدقائهم أما نسبة 15% فتمثل الفئة التي لا تجيد استعمال الحاسوب أو إنها لا تعي أهميته .

- **إذا كانت الإجابة بنعم: كم مرة ترتاد على الأنترنت؟**

الجدول رقم (42)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
دائما	16	15.5	16	24	64.75	5.99	0.05	2	+
أحيانا	55	53.4	55	24					
لا أتردد	1	1.00	1	24					
المجموع	72	69.9	72	72					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 15.5% التلاميذ الذين يرتادون بصفة دائمة على الأنترنت،أما نسبة 53.4% التلاميذ الذين يرتادون أحيانا على الأنترنت،في حين نجد نسبة 1.00% فقط من الذين أجابوا بأنهم لا يرتادون على الأنترنت.ومن خلال الدراسة الإحصائية باستعمال اختبار كا^2 تبين انه توجد دلالة إحصائية بين النتائج المتحصل عليها حيث ان كا^2 المحسوبة اكبر من كا^2 المجدولة .

-تفسير النتائج:

يختلف حجم ارتياد قاعات الانترنت بالنسبة للتلاميذ فهناك من يرتادها دائما و هذا الصنف متعلق لدرجة الإدمان بالإنترنت لأغراض متعددة و هذه الفئة تساعدهم قاعة الأنترنت من حيث السعر و الخدمات و المطالب التي كا^2 يحتاجون إليها أما الصنف الثاني فهو يتردد عليها أحيانا و هذا راجع لعدم تعلق هذه الفئة بالإنترنت بدرجة كبيرة من جهة أو ان التسعيرة لا تناسبها هناك من يتردد أحيانا أما الفئة التي لا تتردد على الأنترنت فهي أما لا تمتلك المال لتسديد التكاليف أو إنها لا تجيد استعمال الحاسوب و هذه الفئة هي التي أجابت بلا في السؤال 31 .

32- هل تناسبك تسعيرة الإنترنت لممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (43)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	52	13.60	52	34.3	21.34	5.99	0.05	2	+
لا	37	50.5	37	34.3					
محايد	14	35.9	14	34.3					
المجموع	103	100	103	103					

-تحليل الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول ان 13.6% فقط من المبحوثين أجابوا بان تسعيرة الأنترنت تناسبهم،في حين ان الأغلبية منهم (50.5%) لا تساعدهم التسعيرة،و أخيرا تمثل نسبة 53.9 % التلاميذ المحايدين.نلاحظ من خلال الجدول ان هناك دلالة إحصائية بين النتائج المتحصل عليها و ذلك باستخدام كا^2 حيث ان كا^2 المحسوبة(21.34) اكبر من كا^2 المجدولة (5.99) عند مستوى الدلالة005.

-تفسير النتائج:

تبين النتائج ان نسبة قليلة من التلاميذ تناسبهم تسعيرة الأنترنت و هذا لغلائها النسبي والنتائج المتحصل عليها في السؤال رقم 31 تدل على ان الذين يرتادون على الانترنت بالرغم من نسبتهم المرتفعة إلا إنهم يرتادونها مع الأصدقاء و إلا فغالبية التلاميذ لا تناسبهم التسعيرة.

33- مع من تمارس ألعاب الفيديو في الأنترنت؟

الجدول رقم (44)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
بمفردك	32	31.1	32	34.3	30.54	5.99	0.05	2	+
مع أصدقائك	57	55.3	57	34.3					
مع الأهل	14	13.6	14	34.3					
المجموع	103	100	103	103					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 31.1% التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو بمفردهم،أما نسبة 55.3% فتمثل التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو مع أصدقائهم، و تمثل نسبة 13.6% أولئك الذين يمارسونها مع أهلهم.كما يبين الجدول وجود دلالة إحصائية بين النتائج المتحصل عليها عند مستوى الدلالة 005 حيث إننا نلاحظ ان كا^2 المحسوبة(30.54) اكبر من كا^2 المجدولة (5.99).

-تفسير النتائج:

هذا السؤال يستهدف التلاميذ و المراهقين الذين يرتادون على قاعات الأنترنت لممارسة العاب الفيديو فالإنترنت عن طريق نظام الشبكات تمكن المراهقين من اللعب الجماعي و هذا ما يزيد من عنصر الإثارة و الإقبال على ممارسة هذا النوع من الألعاب الجماعية ،كما ان الفئة التي تمارس الألعاب بمفردها تميل إلى ممارسة الألعاب الفردية فهي لا تهتم كثيرا باللعب الجماعي عن طريق الشبكة العنكبوتية و نسبة التلاميذ اللذين لا يمارسون يمثلون الفئة التي ترتاد على الأنترنت لأغراض أخرى غير اللعب او ان تسعيرة الأنترنت لا تناسبهم كما يدخل احتمال أنها لا تجيد استعمال الحاسوب.

34 - **هل تمتلك هاتف نقال؟**

الجدول رقم (45)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	58	56.3	58	51.5	1.64	3.84	0.05	1	+
لا	45	43.7	45	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

-تحليل الجدول:

يظهر من خلال الجدول ان 56.3% من التلاميذ يملكون هاتفا نقالا ،و43.7% منهم لا يملكون.و تبين الدراسة الإحصائية باستخدام $كا^2$ انه لا توجد دلالة إحصائية بين هذه النتائج و إنما يعود الإخلاف إلى عامل الصدفة لأن $كا^2$ المحسوبة (1.64) اكبر من $كا^2$ المجدولة (3.84) .

-تفسير النتائج:

يمتلك التلاميذ الهواتف النقالة بصفة كبيرة و ذالك راجع لانتشار هذه الثقافة في أوساط المراهقين و اعتبار هذه الأداة رمزا من رموز التقدم و التحضر و لهذا يقتنوه حتى و لو بأسعار مرتفعة في حين ان تبقى النسبة مرتفعة كذلك فيما يخص التلاميذ لا يمتلكون الهواتف النقالة و هذا راجع إلى ان الآباء يعارضون اقتناء هذه الأداة من طرف أبنائهم من جهة و غلاء سعر هذه الأداة من جهة أخرى.

35- هل تمارس فيه ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (46)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	36	35	36	51.5	9.33	3.84	0.05	1	+
لا	67	65	67	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 35% التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو في هاتفهم النقال،في حين نجد نسبة 65% منهم لا يمارسون العاب الفيديو بهواتفهم النقالة.من خلال الجدول نلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 005 باستعمال كا^2 حيث ان كا^2 المحسوبة اكبر من كا^2 المجدولة (3.84).

-تفسير النتائج:

يعتبر الهاتف النقال وسيلة جد مناسبة لممارسة العاب الفيديو خاصة بعد التطور التكنولوجي الذي عرفه هذا القطاع فللهاتف النقال امتيازات كثيرة منها صغر الحجم و سهولة الاستعمال و التجديد المستمر للألعاب التي يحتويها ،بالإضافة إلى كا^2 الخدمات الأخرى التي يوفرها الهاتف أما فئة التلاميذ الذين لا يمارسون العاب الفيديو في الهاتف النقال فهم يكتفون بالخدمات التي يقدمها هذا الخير و هذا يرتبط أساسا بموقف هذه الفئة من العاب الفيديو .

- إذا كانت الإجابة بنعم: كم من الوقت تقضيه في ممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (47)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
أقل من ساعة	28	27.2	28	18	11.11	3.84	0.05	1	+
أكثر من ساعة	8	7.8	8	18					
المجموع	36	35	36	36					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 27.2% التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو لأقل من ساعة في هواتفهم النقالة ،و7.8 % منهم يمارسونها لأكثر من ساعة.و تبين الدراسة الإحصائية وجود دلالة إحصائية بين النتائج المتحصل عليها عند مستوى الدلالة 0.05 حيث ان كا^2 المحسوبة (11.11) اكبر من كا^2 المجدولة .

-تفسير النتائج:

يبين هذا الجدول ان النسبة الكبيرة من الذين يمارسون العاب الفيديو ليسوا متعلقين بها بدرجة كبيرة لأنهم يمارسونها أقل من ساعة، و هذا الحجم لا يؤثر على ممارسة النشاط البدني الرياضي أما الذين يمارسون أكثر من ساعة فإنهم وصلوا إلى درجة الإدمان عليها، فهم يستعملون الهاتف النقال كجهاز العاب الفيديو، و قد يحل الهاتف النقال محل ممارسة النشاط البدني الرياضي بالنسبة لهذه الفئة.

36- هل توجد قاعات ألعاب الفيديو بالقرب منك؟

الجدول رقم (48)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	84	81.6	84	51.5	41.01	3.84	0.05	1	+
لا	19	18.4	19	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

-تحليل الجدول:

أجاب 81.6% من التلاميذ بوجود قاعات العاب الفيديو بالقرب منهم، أما 18.4% منهم أجابوا بانعدام قاعات العاب الفيديو بقربهم.توجد دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 005 لأن كا^2 المحسوبة (41.01) أكبر من كا^2 المجدولة.

-تفسير النتائج:

تلعب البيئة الاجتماعية دورا كبيرا في توجيه سلوكات المراهقين فقاعات العاب الفيديو تعتبر كمصادر جذب لشريحة كبيرة من المراهقين يرتادونها في وقت فراغهم، كما يمكن ان تكون كبديل لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية و ذلك عند انعدام المركبات و المنشآت الرياضية، فهذا السؤال يبين ما إذا كانت قاعات العاب الفيديو متوفرة في الحي الذي يقطن فيه المراهق.

37- هل ترتاد على قاعات ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (49)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	67	65.0	67	51.5	9.33	3.84	0.05	1	+
لا	36	35.0	36	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 65.0% التلاميذ الذين يرتادون على قاعات العاب الفيديو،في حين أجاب 35% منهم بأنهم لا يرتادون على هذه القاعات.يتضح من الجدول ان الدراسة الإحصائية للنتائج المتحصل عليها تشير بوجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة005، حيث ان كا^2 المحسوبة (9.33) اكبر من كا^2 المجدولة(3.84).

-تفسير النتائج:

يهدف هذا السؤال إلى معرفة مدى تعلق المراهقين بقاعات العاب الفيديو و نلاحظ ان نسبة كبيرة من المراهقين يرتادون هذه القاعات للممارسة أو المشاهدة في حين نجد النسبة الأخرى لا تبالي بوجود هذه القاعات لأنها لا ترتادها أصلا و هذا يعود ربما إلى انخراط هذه الفئة في النوادي و الجمعيات الرياضية.

38- هل تزتاد على قاعات ألعاب الفيديو لممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (50)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	53	51.5	53	51.5	0.087	3.84	0.05	1	+
لا	50	48.5	50	51.5					
المجموع	103	100	103	1.3					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 51.5% التلاميذ الذين يرتادون على قاعات العاب الفيديو لممارسة العاب الفيديو ،في حين 48.5% أجابوا بأنهم لا يرتادون على هذه القاعات بغرض اللعب. كما نلاحظ من الجدول أنه لا توجد دلالة إحصائية بين النتائج حيث نجد أن كا^2 المحسوبة(0.087) أقل من كا^2 المجدولة (3.84.)

-تفسير النتائج:

يرتاد المراهق هذه القاعات لأنهم يعتبرونها كبديل للنشاط البدني الرياضي والنشاط المفضل لديهم بينما يرتاد الصنف الآخر هذه القاعات من أجل التمتع بمشاهدة أصدقائه يلعبون ألعاب الفيديو أو أنه لا يملك المال لدفع تكاليف اللعبة. إذن فهو يكتفي بالمشاهدة.

39- ما هو عدد قاعات ألعاب الفيديو المتوفرة في حيك؟

الجدول رقم (51)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
كثير	06	5.6	06	34.3	35.78	5.99	0.05	2	+
متوسط	52	50.5	52	34.3					
قليل	45	43.7	45	34.3					
المجموع	103	100	103	103					

-تحليل الجدول:

تمثل نسبة 5.6% التلاميذ الذين أجابوا بان هناك كثير من قاعات العاب الفيديو في أحيائهم، و 50.5% منهم قالوا بان عددها متوسط ،و 43.7% أجابوا بان عددها قليل .و نلاحظ من خلال الجدول وجود دلالة إحصائية ، حيث ان كا^2 المحسوبة (35.78)اكبر من كا^2 المجدولة(5.99).

-تفسير النتائج:

تبين الدراسة ان عدد القاعات يختلف من حي إلى آخر .فالمراهقون الذين يمارسون العاب الفيديو بشكل كبير يرون أنها قليلة في حين يرى المراهقين الذين ليسوا متعلقين بهذه القاعات كثيرة، أما الذين يدركون خطورة هذه القاعات على ممارسة النشاط البدني الرياضي أنها كثيرة، حيث تقوم هذه الخيرة بجذب المراهقين إليها في أوقات فراغهم مع العلم ان المتمدرسين ليس لهم وقت كافي يمارسون فيه النشاطين مع بعض.

40- كيف تقيم حالة هذه القاعات؟

الجدول رقم (52)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
جيدة جدا	25	24.3	25	22.3	32.80	5.99	0.05	2	+
جيدة	40	38.8	40	22.3					
سيئة	02	1.9	02	22.3					
المجموع	67	65	67	67					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 24.3% التلاميذ الذين قالوا بان حالة هذه القاعات جيد جدا، و 38.8% منهم قالوا بأنها جيدة ، و 1.9% أجابوا بأنها سيئة.و يبين الجدول وجود دلالة إحصائية حيث ان كا^2 المحسوبة (32.80) اكبر من كا^2 المجدولة (5.99).

تفسير النتائج:

لا يمكن للذين لا يرتادون هذه القاعات من تقييمها ، و لكن الذي باستطاعته تقييمها هي الفئة التي ترتادها دائما حيث تتمكن من معرفة مختلف الخدمات التي تقدمها و حالة أجهزة العاب الفيديو التي تحتويها بالإضافة إلى السعار المتعلقة بممارسة العاب الفيديو داخل هذه القاعات فالفئة التي ترتاد كثيرا على هذه القاعات تعرف النقائص المتواجدة فيها و هذه الفئة هي التي أجابت بجيدة ،كما ان حالة القاعات تختلف من واحدة إلى أخرى حسب العناية التي تتلقاها من طرف صاحبها.

41- هل تمتلك أجهزة ألعاب فيديو؟

الجدول رقم (53)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	57	55.3	57	51.5	1.17	3.84	0.05	1	+
لا	46	44.7	46	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

أجاب ما نسبته 55.3% بامتلاكهم أجهزة العاب الفيديو في حين أجاب البقية(44.7%) بلا ، لكن الدراسة الإحصائية تفيد بأنه لا توجد دلالة إحصائية أي الفروق تعود للصدفة و هذا تثبته المقارنة بين نتائج $كا^2$ المحسوبة و المجدولة حيث ان $كا^2$ المحسوبة (1.17) اقل من $كا^2$ المجدولة(3.84).

تفسير النتائج:

تنتشر ظاهرة امتلاك أجهزة العاب الفيديو في الأوساط الاجتماعية من الأطفال حتى فئة الشباب بصفة عامة و بين أوساط المراهقين بصفة خاصة ف 55.3% من المراهقين يمتلكون أجهزة العاب الفيديو لأنها تعتبر اقل ثمن مقارنة مع الهاتف بالإضافة إلى الألعاب الجديدة التي تحتويها باستمرار في حين لا يمتلك البعض الأخر هذه الألعاب كونهم غير مهتمين بها أو ان الأولياء لا يقتنونها لأولادهم.

42- هل تمارس ألعاب الفيديو من خلال جهاز التلفاز؟

الجدول رقم (54)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	49	47.6	49	51.5	0.24	3.84	0.05	1	+
لا	54	52.4	54	51.5					
المجموع	103	103	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 47.6% التلاميذ الذين يمارسون العاب الفيديو من خلال التلفاز كما تمثل نسبة 52.4% التلاميذ الذين لا يمارسون، لكن الدراسة الإحصائية تفيد بأنه لا توجد دلالة إحصائية أي الفروق تعود للصدفة و هذا تثبته المقارنة بين نتائج كا^2 المحسوبة و المجدولة حيث ان كا^2 المحسوبة (0.24) اقل من كا^2 المجدولة(3.84).

تفسير النتائج:

لا يمارس المراهقون العاب الفيديو في التلفاز و هذا يعود ربما إلى منعهم من طرف الأولياء أو ان التلفاز غير مزود بهذه الخدمة،كما نجد الفئة المتبقية تمارس العاب الفيديو في التلفاز لإنتفاء الأسباب الموجودة في الحالة الأولى.فيمكن ان نجد المراهقين يمارسون العاب الفيديو مع إخوانهم وفي المنزل أي يوجد تشجيع من طرف الأسرة على ممارسة العاب الفيديو و هذا يتم طبعا على حساب الانشطة الأخرى ،كالنشاط البدني الرياضي .

43- ما هي الوسيلة التي تفضلها لممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (55)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
الكمبيوتر	32	31.1	32	34.3	30.54	9.48	0.05	4	+
الانترنيت	22	21.4	22	34.3					
الهاتف النقال	6	5.8	5.8	34.3					
أجهزة ألعاب الفيديو	37	35.9	37	34.3					
التلفاز	6	5.8	6	34.3					
المجموع	103	103	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 31.1% التلميذ الذين يفضلون استعمال الكمبيوتر لممارسة الألعاب،و 21.4% يفضلون الانترنت ،و 5.8% الهاتف النقال ،و يفضل 35.9% أجهزة العاب الفيديو و أخيرا 5.8% منهم يفضلون التلفاز، و نلاحظ وجود دلالة إحصائية حيث ان كا^2 المحسوبة (30.54) اكبر من كا^2 المجدولة (9.48).

تفسير النتائج:

يمارس المراهقون العاب الفيديو على كل الوسائط التي تسمح لهم بذلك فهم يستعملون أجهزة العاب الفيديو بصورة اكبر نظرا للميزات التي تتميز بها هذه الأخيرة فهي صغيرة الحجم رخيصة الثمن، دائما تأتي بجديد و محمولة و هذا ما يجعلها أكثر انتشارا في أوساط المراهقين، ثم يأتي جهاز الكمبيوتر الذي يعتبر الوسيط الأول في ممارسة هذه الأخيرة في الوقت الحالي و هذا راجع إلى كونه يتعامل مع العاب ذات تقنية عالية جدا لا تستطيع أجهزة العاب الفيديو التعامل معها، حيث أصبحت العاب

الفيديو و الحاسوب تحاكي الواقع فيمكنك ان تلعب مباراة حقيقية، بينما تبقى الأوساط الأخرى ذات استعمال قليل باستثناء الهاتف النقال، الذي ينافس أجهزة العاب الفيديو،في حين تبقى الأنترنت عنصر حديث لازال التعامل معها صعبا نوعا ما.

44- أيهما يشعرك بالملل عند ممارسته؟

الجدول رقم (56)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
ألعاب الفيديو	88	85.4	88	51.5	51.73	3.84	0.05	1	+
النشاط البدني الرياضي	15	14.6	15	51.5					
المجموع	103	100	103	103					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة85.4% التلاميذ الذين تشعرهم العاب الفيديو بالملل اما النسبة المتبقية (14.6%) فهم الذين يشعرهم النشاط البدني بالملل،وتوجد دلالة إحصائية عند مستوى 005 باستعمال اختبار كا^2 حيث ان كا^2 المحسوبة(51.73) اكبر من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

ممارسة نفس العاب الفيديو كل يوم يشعر اللاعبين بالملل كما ان الصعوبة التي تتميز بها بعض العاب الفيديو تؤدي إلى الخسارة الدائمة للاعب و هذا ما يدفع إلى النفور منها، في حين إذا لم تتوفر الإمكانيات اللازمة لممارسة النشاط البدني الرياضي من قاعات و مركبات رياضية و حمامات ..الخ ينفر الرياضي من ممارسة هذا الأخير و يوجههم نحو ممارسة العاب الفيديو.

أ - إذا كانت الإجابة بالنشاط البدني الرياضي: هل هذا راجع لكون ألعاب الفيديو دائما تأتي بألعاب جديدة؟

الجدول رقم (57)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	54	52.4	54	44	4.54	3.84	0.05	1	+
لا	34	33.0	34	44					
المجموع	88	85.4	88	88					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة 52.4% التلاميذ الذين أجابوا بنعم فيما يخص ان العاب الفيديو تاتي بجديد دوما في حين 33% يرون عكس ذلك ، و من خلال الدراسة الإحصائية يتبين لنا انه توجد دلالة إحصائية بين النتائج المتحصل عليها كون كا^2 المحسوبة (4.54) اكبر من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

يرتبط إنتاج العاب الفيديو في العالم بالتطور التكنولوجي الحاصل في ميدان الإعلام الآلي و هذا ما يجعل العاب الفيديو تتجدد باستمرار و تأتي بالجديد من الألعاب للممارسين في حين يرى البعض الأخر ان النشاط البدني الرياضي ممل نظرا للعراقيل التي تحول بيمه و بين ممارسته كما يرى البعض الآخر ان العاب الفيديو ترتكز على عناصر الإثارة و التشويق و المغامرة و هذا ما يجعلها غير مملة.

ب - إذا كانت الإجابة بنعم: كيف تتعرف على الإصدارات الجديدة في مجال العاب الفيديو؟

الجدول رقم (58)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
التلفاز	11	10.7	11	13.5	16.07	7.81	0.05	3	+
الانترنت	26	25.2	26	13.5					
الأكشاك	7	6.8	7	13.5					
مصادر أخرى	10	9.7	10	13.5					
المجموع	54	52.4	54	54					

تحليل الجدول:

تمثل نسبة2.5% التلاميذ و المراهقين الذين يتعرفون على جديد العاب الفيديو من الأنترنت في حين تمثل نسبة 6.8% التلاميذ الذين يتعرفون على الإصدارات الجديدة عن طريق الأكشاك، و توجد دلالة إحصائية حيث ان كا^2 المحسوبة (16.07) اكبر من كا^2 المجدولة (7.81).

تفسير النتائج:

تتعدد المصادر التي يتحصل من خلالها المراهقون على الإصدارات الجديدة فالذين يرتادون على الانترنت يتعرفون على الإصدارات الجديدة منها،و ذلك بتحميلها مجانا أو بمقابل من اجل ممارستها مباشرة في الواب ، أما الذين لا يرتادون على الأنترنت فيتعرفون على الإصدارات الجديدة من خلال التلفاز(**قناة سبيس تون**)، كما تلعب الأكشاك دور المروج لهذه الألعاب دون ان ننسى الأصدقاء الجرائد ..الخ.

43 – هل تنصح زملائك بممارسة ألعاب الفيديو؟

الجدول رقم (59)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	كاف تربيع المحسوبة	كاف تربيع المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
نعم	37	35.9	37	51.5	8.16	3.84	0.05	1	+
لا	66	64.1	66	51.5					
المجموع	103	103	103	103					

تحليل الجدول :

تمثل نسبة 35.9% التلاميذ الذين أجابوا بأنهم ينصحون زملائهم بممارسة العاب الفيديو في حين تمثل نسبة 64.1% الذين لا ينصحون زملائهم بممارسة العاب الفيديو،كما نلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 وذلك لأن كا^2 المحسوبة (8.16) اكبر من كا^2 المجدولة (3.84).

تفسير النتائج:

لقد وصل تأثير العاب الفيديو على المراهقين إلى حد كبير حيث لم يتوقف التأثير على مستوى المراهق فقط بل تجاوزه ليصبح المراهق يشهر لهذه الألعاب و ذلك بنصحهم بممارسة العاب الفيديو و هذا هو الخطر المباشر على ممارسة النشاط البدني الرياضي في حين نجد ان الذين هم على وعي بخطورة العاب الفيديو لا ينصحون أصدقائهم بممارستها.

خلاصة الاستنتاجات الخاصة بفرضيات البحث:

من خلال مختلف الأسئلة المقدمة للتلاميذ حول الفرضيات المقدمة للإجابة عن الإشكالية والاستنتاجات التي استخلصناها من كل سؤال، ووصلنا إلى النتائج التالية:

1- الفرضية الأولى:

النتائج المعبرة عن الأسئلة الموجهة للتلاميذ حول الفرضية الأولى (نقص الوسائل والمركبات الرياضية يصرف المراهقين المتمدرسين عن ممارسة النشاط البدني الرياضي) والموضحة في الجداول من (24،23،12،11،10) أكدت أن أهم الصعوبات التي تعرقل ممارسة النشاط البدني الرياضي من طرف المراهقين هي نقص المركبات والقاعات الرياضية .

حيث تأكد أن الكثير من الشباب يميلون إلى ممارسة كرة القدم ولكن هناك فئات معتبرة تفضل ممارسة رياضات أخرى خاصة الجماعية منها كرة السلة والطائرة والتي تتميز بنقص المركبات الخاصة بها إضافة إلى أن معظم المركبات المتوفرة تفتقد إلى الوسائل والعتاد والكثير منها يعتبر غير صالح للاستغلال الرياضي .

وبانتشار قاعات الألعاب الالكترونية العمومية في معظم مناطق الوطن إضافة إلى انتشار أجهزة الألعاب الإلكترونية والإعلام الآلي في البيوت تجعل المراهق يصرف النظر على الأنشطة الرياضية ويتوجه نحو الألعاب الالكترونية هذا ما يبين أن الفرضية الأولى قد تحققت بنسبة كبيرة.

2- الفرضية الثانية:

النتائج المعبرة عن الأسئلة الموجهة للتلاميذ حول الفرضية الثانية 'الوسط الاجتماعي والعائلي يؤثر على ميل المراهقين المتمدرسين لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية ويدفعه إلى ممارسة الألعاب الالكترونية) والموضحة في الجداول (06،05،08،07،23،22) .

وتبين أن المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق المتمدرس يؤثر في ميولاته وهواياته حيث أن التشجيعات التي يتلقاها لممارسة الرياضة كلما كانت أكبر ازدادت ميولاته نحو ممارستها خاصة إذا كانت من طرف أحد الأصدقاء أو الأقارب الذي

يمارس الرياضة بصفة منتظمة أما إذا غابت هذه التشجيعات فإن المراهق يتوجه إلى الألعاب الالكترونية بسبب انتشار أجهزتها بشكل كبير وهذا حسب نتائج الاستبيان .

ومنه نستنتج ان الفرضية الثانية قد تحققت في مجمل جوانبها بشكل كبير.

3- الفرضية الثالثة:

النتائج المعبرة عن الأسئلة الموجهة للتلاميذ حول الفرضية الثالثة (التطور المذهل في الناحية الجمالية والتقنية للألعاب الالكترونية يجلب المراهق المتمدرس لها على حساب ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية والموضحة في الجداول (34،30،32،25-56) بينت أنه بالرغم من وجود عدد معتبر من التلاميذ الذين يفضلون التوفيق بين اللعاب الالكترونية والأنشطة البدنية الرياضية إلا أن نسبة معتبرة أيضا تميل أكثر نحو الألعاب الالكترونية وفي كلتا الحالتين فإن التطور التقني والجمالي للألعاب الالكترونية هو أهم عامل يجلب المراهق إليها خاصة الألعاب الرياضية التي بتقنياتها الحديثة تضع المراهق في عالم افتراضي وكأنه يمارس الرياضة في الواقع.

ومن هنا نستنتج أن الفرضية الثالثة قد تحققت بنسبة جيدة.

4- الفرضية الرابعة:

النتائج التي تعبر عن الأسئلة الموجهة للتلاميذ حول الفرضية الرابعة (احتكار استغلال المركبات الرياضية من طرف صنف الأكابر أكثر من 18سنة يبعد المراهق المتمدرس عن الأنشطة الرياضية ويوجهه نحو الألعاب الالكترونية) والموضحة في الجداول (16،17،20) أكدت أن مشكلة الفوضى داخل المركبات الرياضية موجود حيث تحدث عدة صدامات بين مختلف الفئات العمرية حول استغلال المركب الرياضي خاصة في أوقات الفراغ وأيام العطل أين تسيطر في الغالب فئة أكثر من 18سنة على الأنشطة الرياضية داخل المركبات وبالرغم من وجود بعض الأنشطة المختلفة بين الفئات العمرية للمراهقين إلا أنها قليلة وتبقى الأفضلية دائما لفئة أكثر من 18سنة وهذا ما يبين أن الفرضية الرابعة قد تحققت بنسبة كبيرة.

الاستنتاج العام :

من خلال دراستنا لموضوع البحث نظريا وتطبيقيا حيث قمنا بتحليل نتائج الاستبيان، تبين لنا أن الاهتمام والتوجه الكبير لفئة المراهقين المتمدرسين نحو الألعاب الالكترونية وتراجعهم عن ممارسة النشاط البدني الرياضي قد أصبح ظاهرة اجتماعية بدأت معالمها تظهر في المجتمع الجزائري مثله مثل المجتمعات الأخرى خاصة الغربية منها، وهذا راجع أساسا إلى العراقيل الكثيرة التي تواجههم للممارسة الرياضية خاصة نقص الوسائل والمركبات الرياضية التي تتوافق مع ما يفضله المراهق من الرياضات، إضافة إلى الحالة السيئة التي توجد عليها المركبات المتوفرة بسبب سوء استغلالها وتسييرها ومراقبتها كما أن المحيط الاجتماعي له أثر كبير في ظهور هذه الظاهرة هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن الانتشار الكبير لألعاب الفيديو ذات الاستعمال الشخصي في المنازل وحتى أجهزة الإعلام الآلي، إضافة إلى انتشار قاعات الألعاب العمومية التي توفر عدة أجهزة باستعمالات مختلفة وبأسعار منخفضة والتطور التكنولوجي الحديث فائق الدقة من الناحية التقنية والجمالية كل هذه العوامل تجذب المراهق نحو الألعاب الالكترونية بشكل مبالغ فيه حيث تبعده عن الأنشطة الترفيهية الأخرى خاصة الرياضة منها.

هذا ما استجوب تقديم حلول للتوفيق بين الألعاب الالكترونية التي تعتبر من الأنشطة الفكرية، ومن الأنشطة البدنية الرياضية من أجل الحصول على الفوائد المختلفة من النشاطين لأنهما متكاملين فيما بينهما حيث يمكننا من تنمية الفكر والذكاء وهذا حسب الدراسات السابقة الذكر إضافة إلى تنمية القدرات الجسمية البدنية والمهارات الرياضية وبهذا ينمو المراهق بصفة طبيعية ويخرج من مرحلة المراهقة مزودا من عقل سليم وجسم سليم.

الاقتراحات والتوصيات

الاقتراحات والتوصيات :

بناء على ما جاء في نتائج البحث التي أثبتت أن الألعاب الالكترونية أصبحت النشاط الترفيهي المفضل للمراهقين المتمدرسين على حساب النشاط البدني الرياضي لذلك حاولنا تقديم بعض التوصيات والاقتراحات المسؤولين حسب الاختصاص علنا نساهم ولو بقسط قليل في التقليل من هذه الظاهرة وضرورة توضيح مدى أهمية التوفيق بين النشاطين الترفيهيين وما لهما من فوائد من الناحية الفكرية، النفسية، البدنية .

- بناء مركبات رياضية جديدة في البلديات ذات الكثافة السكانية الكبيرة .
- الاهتمام بإنشاء مركبات رياضية للرياضات المختلفة على غرار ملاعب كرة القدم لإرضاء مختلف ميولات ومواهب الشباب .
- ضرورة ترميم المنشآت الرياضية المتوفرة حاليا من حيث الأرضية خاصة والوسائل والعتاد .
- ضرورة ربط النشاطات الرياضية في المنشآت بالجمعيات الشبانية لتنظيمها والسهر على تطوير ممارسة الرياضة واكتشاف المواهب الشابة .
- توعية المراهق بفوائد ممارسة الرياضة مع التوفيق بينها وبين الأنشطة الترفيهية والفكرية الأخرى والتي منها اللعاب الالكترونية وهذا من طرف الأولياء والأقارب إضافة إلى أستاذ التربية البدنية والذي يلعب دورا كبيرا في ذلك .
- تطوير الرياضة المدرسية والاهتمام بها أكثر لما لها من تأثير على المراهق المتمدرس وتنمية المواهب الموجودة في داخله 6666 للرياضة .
- ضرورة مراقبة الأولياء لأبنائهم أثناء استعمال الألعاب الالكترونية من حيث اختيار نوع الألعاب إضافة إلى تحديد مدة معينة مخصصة للعب وتقسيم وقت الفراغ على النشاطات الترفيهية الأخرى بشكل منظم .
- إعادة النظر في تنظيم عمل قاعات الألعاب العمومية من حيث تسييرها ومراقبة خدماتها وأنواع الألعاب التي تقدمها للشباب .

الخاتمة

الخاتمة:

لقد أصبح النشاط البدني الرياضي في عصرنا هذا لغة للتقدم والحضارة لما له من قيم ومثل عليا والفوائد التي يعود على الإنسان، وباعتبار أن المراهقة من أكثر مراحل حياة الإنسان حساسية حيث تحدد الكثير من معالم حياته المستقبلية، ولكي تمر هذه المرحلة بصفة عادية وجب على المراهق تنويع أنشطته خاصة الترفيهية منها والتي تساعد بشكل كبير على التخلص من الملل والتعب وترفع من معنوياته، وتتنوع تأثيرات هذه الأنشطة على المراهق حسب نوعها وطرق ممارستها وبهذا يستطيع المراهق تطوير بعض الصفات الموجودة بداخله سواء كانت مهارات بدنية أو فكرية .

من هنا يتأكد أن التوفيق بين مختلف هذه الأنشطة يرفع من مستوى الاستفادة منها فالأنشطة البدنية الرياضية تساعد على البقاء في لياقة بدنية كما يمكنه من تجريب مختلف الرياضات حيث يمكن أن يكتشف موهبة بداخله فيطورها بمساعدة الأفراد المحيطين به .

ولكن مختلف العراقيل التي تعيق المراهق لممارسة هذا النوع من الأنشطة كنقص المركبات الرياضية أو عدم صلاحيتها وافتقارها للوسائل إضافة إلى قلة الأنشطة الرياضية من الجمعيات والنوادي تجعل المراهق يفقد الرغبة في ممارسة الرياضة حيث يتوجه إلى أنشطة ترفيهية أخرى خاصة ظاهرة الألعاب الالكترونية التي انتشرت في مجتمعنا بين المراهقين خاصة حيث أصبح الكثير منهم مدمنا على هذا النوع من الألعاب الذي يجلب المراهق إليه بتكنولوجيا متطورة جدا تقنيا وجماليا حيث توفر له مجموعة من الرياضات الافتراضية بنفس الحماس في الرياضة الحقيقية، وبالرغم من الجوانب الايجابية لنشاط اللعاب الالكترونية من حيث تطوير الشخصية وتنمية الذكاء إلا أن الاستقلال اللاعقلاني لها يؤثر سلبيا على المراهق من الناحية البدنية كأمراض البدانة وقصر النظر إضافة إلى المشاكل النفسية، لهذا وجب على كل الأطراف المعنية خاصة الأولياء مراقبة أبنائهم وتنظيم بعض النشطة التي يقومون بها إضافة إلى محاولة القضاء على مختلف العراقيل التي تعيق ممارسة الرياضة لتوفير الظروف المناسبة التي تجلب المراهق للنشاط البدني الرياضي وتمكنه من التوفيق بينه وبين الألعاب الالكترونية والأنشطة الترفيهية الأخرى كالمطالعة وغيرها وهذا التنوع من

الفوائد المستخلصة من كل هذه النشطة ويعيش حياة عادية حتى يمر من مرحلة المراهقة بدون مشاكل تعرقل حياته المستقبلية .

المراجع

I- المراجع باللغة العربية:

01- أحمد مختار العبادي، في التاريخ العباسي والفاطمي، دار النهضة العربية، بيروت، 1971.

02- أنور الجرابة، محاضرات في الثقافة النفسية، دار الهدى، المجلد السادس، 1994

03- إلين وديع فرج، اللعب والشخصية السوية، بيروت، 1986.

04- السيد خير الله، علم النفس التربوي، دار النهضة العربية، بيروت، 1986.

05- تشارلز بيوتشر، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معرض، المكتبة الأنجلومصرية، 1964.

06- توفيق الحداد، علم النفس الطفل، ط1، بدون سنة.

07- جاك أتالي، ترجمة يوسف ضومط، معجم القرن 21، دار الجيل، ط1، 2000.

08- حامد عبد السلام زهران، علم الطفولة والمراهقة، دار عالم الكتابة، القاهرة، 1977.

09- زهير الشريحي، أسس التربية البدنية ، دار النهضة العربية- دمشق.

10- طيب بومعراف، مذكرة ليسانس، معهد الرياضة، الجزائر، 1993.

11- عاقل فاخر، مشكلات المراهقة، دار الفكر العربي، ط3، مصر، 1994

12- عامر فخري، سيكولوجية النمو والمراهقة، مطبعة المعرفة، القاهرة، 1986

13- عبد الرحمان العيساوي، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية، مصر، 1995

14- عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار الكتب الجامعية، ط2، مصر، 1972.

15- عطية محمود، مجلة علم النفس ، 1949.

16- علي بشير الأفندي، إبراهيم الحومي، عبد الوهاب فؤاد، المرشد الرياضي والتربوي، المنشأة العامة النشر والتوزيع والإعلام، ط1، طرابلس، 1980.

17- علي عمر المنصوري، الرياضة للجميع، ط1، القاهرة، 1980.

18- علي يحي المنصوري، الثقافة والرياضة، ج1، ط1، 1971.

19- فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.

20– فايز مهنا، التربية الرياضية الحديثة، الطبعة الأولى أوتوستراد، دمشق 1985.
21- ليلى يوسف، اللعب والتربية الرياضية، المكتبة الأنجلومصرية، القاهرة، 1962
22- مجلة التربية، العدد 66، .1974
23- محمد أحمد محمود الزاهري، المشاكل الصحية ،بدون طبعة، دار النشر للملايين، بيروت، 2000.
24- محمدي إبراهيم، ميهوبي عمر، طيبي الحبيب، الرياضيات الجماعية ودورها في النمو الاجتماعي للمراهقين، مذكرة ليسانس معهد ت ب ر، جامعة الجزائر .1998
25- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي ، دار المعارف، القاهرة، 1986.
26- محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، مصر، القاهرة، .1965
27- محمد علي، سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، الكويت، 1970 .
28- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، 1992.
29- مصطفى رزيق، خفايا المراهقة، دار النهضة العربية، دمشق، 1960
30- منصوري نبيل، سليم عيسى، دور التكوين والبدني لأستاذ التربية البدنية والرياضية وأثره على أداء المراهق ، مذكرة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، .2005
31- ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلة الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، ط1، بيروت، .1991
32- وليد الشويكي، العربي العلمي، ملحق علمي لمجلة العربي، العدد 05، أكتوبر 2005.
33- وليام ملسترز، رالف بيتر، تعريب خليل رزوق، المراهقة والبلوغ، دار الحرف العربي للطباعة والنشر والتوزيع.

II- المراجع باللغة الأجنبية:

- Art : N°=17/1995 du journal officiel de la république **34**
Algérienne démocratique et populaire .
- Ir Winhahn, L'entraînement Sportif Des Enfants, Edition **35**
.VIGOT, 1991
- H.Mouloud, M.Samir,M.Laid La pace des JEUX PRES **36**
SPORTIFS dans l'enseignement Secondaire. Alger
M- Boutaba Merhi, « Les jeux comme activité d'évite a l'école **37-**
fondamental -sous-la réaction de Mer Bouamna, A U.80.81.ISTS.
the 21st Century: **- Stephen E. Siwek**, Video Games in **38**
Economic Contributions of the US Entertainment, U.S.A,U.S;
Software Industry © Entertainment Software Association; 2007.
- Kirriemuir J (2002). The relevance of video games and **39**
gaming consoles to the higher and further education learning
experience. April 2002.
- Anderson CA, Bushman BJ (2001). Effects of violent video **40**
games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive
affect, physiological arousal and prosocial behavior: a meta-analytic
review of the scientific literature. Psychological Science.
41- Schleiner A-M (2001). Does Lara Croft wear fake polygons?
Gender and gender-role subversion in computer adventure games.
.Leonardo
Roberts, D. F., Foehr, U. G., Rideout, V. G., & Brodie, M. **42-**
(1999). Kids & media @ the new millennium. Menlo Park, CA:
Kaiser Family Foundation.
43- Dill, K. E., & Dill, J. C. (1998). Video game violence: a review
of the empirical literature. Aggression and Violent Behavior, 3(4),
44- Funk, J. B., & Buchman, D. D. (1996). Playing violent video
and computer games and adolescent self-concept. Journal of
Communication, (science direct)
Steven J. Kirsch Department of Psychology, SUNY-Geneseo, **-45**
Geneseo, NY 14454, USA

III- المواقع الالكترونية:

01.world wide web.url//http Www.el-khaima.com.

02. World wide web.url//http www.jeu-video.com.

03.World wide web.url//http www.lakaii.com/kids .

الملاحق

جامعة الجزائر
معهد التربية البدنية والرياضية
سيدي عبد الله

استمارة استبيان

في إطار بحثنا الذي يتمحور حول أثر ممارسة ألعاب الفيديو في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي الجماعي لدى المراهقين المتمدرسين الذكور، يسرنا أن نتقدم إليكم أنتم التلاميذ ببعض الأسئلة راجين منكم الإجابة عنها:
أعزائنا التلاميذ، يجب أن تعلموا أن الإجابة المقدمة من طرفكم هي سندنا في الوقوف على حالة انتشار الألعاب الالكترونية وتأثيرها على ممارسة الرياضة عند التلاميذ، لذا نطلب منكم الإجابة عن الأسئلة بموضوعية وصدق.

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

إعداد الطالب:	إشراف الأستاذة:
نمرود بشير	أ/د/ لزعر سامية

ضع علامة (X) في الخانة المناسبة بالنسبة لك:

1- هل تفضل النشاط البدني الرياضي؟

نعم ☐ لا ☐

2- هل تفضل ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج المؤسسة؟

نعم ☐ لا ☐

3- هل تمارس النشاط البدني الرياضي؟

نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

- إذا كانت الإجابة بنعم: كم من مرة في الأسبوع تمارس النشاط البدني الرياضي؟

يوميا ☐ مرتين في الأسبوع ☐ مرة في الأسبوع ☐ أحيانا ☐

5- مع من تمارس النشاط البدني الرياضي؟

الأهل ☐ مع أصدقائك ☐ بمفردك ☐

6 - هل يمارس أحد أفراد أسرتك رياضة معينة بشكل منتظم؟

نعم ☐ لا ☐

6 - إذا كانت الإجابة بـ "نعم" هل يشجعك على ممارسة النشاط البدني الرياضي؟

نعم ☐ لا ☐

7- هل تتلقى تشجيع لممارسة النشاط البدني الرياضي من طرف ؟

أستاذ التربية البدنية ☐ الأولياء ☐ الأصدقاء ☐

لا يوجد تشجيع ☐

8- ما هي الأنشطة الرياضية المفضلة لديك؟

كرة القدم ☐ ألعاب القوى ☐ السباحة ☐

كرة السلة ☐ كرة الطائرة ☐ الرياضات القتالية ☐

العاب أخرى ☐

9- هل تواجهك عراقيل عند ممارسة النشاط البدني الرياضي المفضل لديك؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت الإجابة بنعم: ما نوع هذه العراقيل:

الظروف المناخية ☐ إمكانياتك المادية ☐ المنشآت الرياضية ☐

10- أين تفضل ممارسة رياضتك المفضلة؟

المركبات الرياضية ☐ الملاعب الجوارية ☐ المساحات المفتوحة ☐

11- هل يوجد مركبات رياضية أو ملاعب جوارية في بلديتك؟

نعم ☐ لا ☐

أ- إذا كانت الإجابة بنعم: هل هي كافية؟

نعم ☐ لا ☐

ب- كيف هي حالتها؟

جيدة ☐ سيئة ☐ مقبولة ☐

12 - هل يعرض برنامج يحدد الأصناف العمرية التي تستغل المركب الرياضي؟

نعم ☐ لا ☐

13 - هل يوجد عون أمن مكلف بغلق وفتح المركب الرياضي أثناء فترات استغلاله؟

نعم ☐ لا ☐

14- هل تتوفر المركبات الرياضية على جناح للإسعافات الأولية؟

نعم ☐ لا ☐

15- ما هو الوقت الذي يناسبك لممارسة النشاط البدني الرياضي؟

الفترة الصباحية ☐ الفترة المسائية ☐

حسب أوقات الفراغ ☐ نهاية الأسبوع ☐

16 - في نضرك ما هي الفئة الأكثر استغلالا للمركبات الرياضية

أصاغر(أقل من 14سنة) ☐ أواسط (15إلى18سنة) ☐

أكابر (أكثر من 18سنة) ☐ الكهول ☐

17- هل تُقام دورات رياضية في الحي الذي تسكن فيه؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت الإجابة بنعم: هل تشارك فيها؟

نعم ☐ لا ☐

18- هل توجد نوادي أو جمعيات رياضية في حيك؟

نعم ☐ لا ☐

-إذا كانت الإجابة بنعم: هل أنت منخرط في إحداها؟

نعم ☐ لا ☐

19 - إذا لم تجد مكان لممارسة النشاط البدني الرياضي المفضل لديك ماذا تفعل؟

ممارسة ألعاب الفيديو ☐ المطالعة ☐ ممارسة ألعاب فكر ☐

أشياء أخرى، أذكرها..

20 - أيهما تفضل ممارسته في وقت الفراغ؟

ألعاب الفيد ☐ النشاط البدني الرياضي ☐

- إذا كانت الإجابة بألعاب الفيديو:

أ- ما هو نوع ألعاب الفيديو المفضلة لديك؟

ألعاب حربية ☐ ألعاب السباق ☐ ألعاب الألغاز ☐

ألعاب قتالي ☐ الألعاب الرياضية ☐

ب- هل تجد متعة في ممارسة ألعاب الفيديو؟

نعم ☐ لا ☐

ج- إذا كانت الإجابة بنعم: هل يعود ذالك إلى:

عنصر التشويق ☐ الإثارة ☐

المغامرة ☐ شيء آخر، أذكره.............................

21- هل تعتبر ممارسة ألعاب الفيديو بديل جيد لممارسة النشاط البدني الرياضي؟

نعم ☐ لا ☐

22 - ماذا تمثل لك ممارسة ألعاب الفيديو؟

هواية ☐ ترفيه ☐ تنمية الذكاء ☐ مضيعة للو ☐

23-في حالة قلة المركبات الرياضية، هل تعوضك ألعاب الفيديو عن ممارسة النشاط البدني الرياضي؟

نعم ☐ ☐

24- أمارس العاب الفيديو لأنها:

غير مرتبطة بمكان معين ☐ غير مرتبطة بوقت معين ☐

غير مرتبطة بالظروف الطبيعية ☐ متوفرة على عدة أجهزة ☐

25 - كم من الوقت تقضيه في ممارسة ألعاب الفيديو في اليوم؟

أقل من ساعة ☐ أكثر من ساعة ☐

أكثر من أربع ساعات ☐

26- هل تجد صعوبة في التوقف عن ممارسة ألعاب الفيديو؟

نعم ☐ لا ☐

27- إلى أي مدى أنت متعلق بلعبة الفيديو؟

بدرجة قليلة جدا ☐ بدرجة قليلة ☐ بدرجة متوسطة ☐ بدرجة كبيرة جدا ☐

28- هل تمتلك جهاز كمبيوتر؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت الإجابة بنعم: هل تجيد استعماله؟

نعم ☐ لا ☐

29 - هل تمارس فيه ألعاب الفيديو؟

نعم ☐ لا ☐

30 – إذا كانت الإجابة بنعم: مع من تمارس ألعاب الفيديو؟

بمفردك ☐ مع أصدقائك ☐ الأهل ☐

31- هل ترتاد على الأنترنت؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت الإجابة بنعم: كم مرة ترتاد على الأنترنت؟

دائما ☐ أحيانا ☐ لا أتردد ☐

32- هل تناسبك تسعيرة الإنترنت لممارسة ألعاب الفيديو؟

نعم ☐ لا ☐

33- مع من تمارس ألعاب الفيديو في الأنترنت؟

بمفردك ☐ مع أصدقائك ☐

34 - هل تمتلك هاتف نقال؟

نعم ☐ لا ☐

35- هل تمارس فيه ألعاب الفيديو؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت الإجابة بنعم: كم من الوقت تقضيه في ممارسة ألعاب الفيديو؟

أقل من ساع☐ أكثر من ساعة ☐

36- هل توجد قاعات ألعاب الفيديو بالقرب منك؟

نعم ☐ لا ☐

أ- إذا كانت الإجابة بنعم: هل ترتاد على هذه القاعات؟

نعم ☐ لا ☐

ب- إذا كانت الإجابة بنعم: هل ترتادها لممارسة ألعاب الفيديو؟

نعم ☐ لا ☐

37- ما هو عدد قاعات ألعاب الفيديو المتوفرة في حيك؟

كثير ☐ متوسط ☐ قليل ☐

38- كيف تقيم حالة هذه القاعات؟

سيئة ☐ جيدة ☐ جيدة جدا ☐

39- هل تمتلك أجهزة ألعاب فيديو؟

نعم ☐ لا ☐

40- هل تمارس ألعاب الفيديو من خلال جهاز التلفاز؟

نعم ☐ لا ☐

41- ما هي الوسيلة التي تفضلها لممارسة ألعاب الفيديو؟

الكمبيوتر ☐ الإنترنت ☐ الهاتف النقال☐

أجهزة ألعاب الفيدي☐ التلفاز ☐

42- أيهما يشعرك بالملل عند ممارسته؟

ألعاب الفيديو ☐ النشاط البدني الرياضي ☐

أ - إذا كانت الإجابة بالنشاط البدني الرياضي: هل هذا راجع لكون ألعاب الفيديو دائما تأتي بألعاب جديدة؟

نعم ☐ لا ☐

ب - إذا كانت الإجابة بنعم: كيف تتعرف على الإصدارات الجديدة في مجال العاب الفيديو؟

التلفاز ☐ الإنترنت ☐ الأكشا ☐ مصادر أخرى ☐

43 – هل تنصح زملائك بممارسة ألعاب الفيديو؟

نعم ☐ لا ☐